

CASIO®

P

方位・高度・気圧・温度計測機能

3258*JA

取扱説明書

保証書付

3258

このたびは、本機をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
ご使用前に本書の「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。
本書はお読みになった後も、大切に保管してください。

◆十分に充電してお使いください

- ご使用いただく前に、まずは時計の充電状態をご確認ください。



参照 充電容量の確認… P.11

◆計測機能について

- 専門的な計測器ではありません。

計測機能は、目安としてお使いください。

 参照 方位計測…P.32 気圧／温度計測…P.42
高度計測…P.48

- 方位計を本格的な登山などでご使用になるときは、必ず
予備のコンパスを携帯してください。

この時計の特長

この時計は、次の機能を備えています。

◆光で発電して動きます

太陽や照明の光によって発電します。電気エネルギーを充電しながら、時計は動作します。

→ P.13

◆正確な時刻がわかります

送信所から発信される時刻情報を受信し、常に正確な時刻を表示します。

→ P.17

◆方位がわかります

目標物の方位や現在位置を調べることができます。

→ P.32

◆気圧／温度を計測できます

気圧と温度を計測できます。気圧傾向を表示して、天候の変化を予測することができます。

→ P.42

◆高度を計測できます

現在地の高度を計測できます。2点間の高度差を計測できます。

→ P.48

◆潮と月の情報を表示します

場所や日時を指定して、潮の様子や月齢・月の満ち欠けを調べることができます。

→ P.60

◆アラームを設定できます

設定した時刻になると、アラーム音でお知らせします。

→ P.67

◆ストップウォッチとして使えます

経過時間を計測できます。

→ P.69

◆タイマーとして使えます

設定時間をカウントダウン計測します。予定の時間になると、タイムアップ音や予告音でお知らせします。

→ P.70

◆ワールドタイムがわかります

世界 48 都市の時刻を表示できます。

→ P.73

安全上のご注意

絵表示について

本書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するため、色々な絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。



この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。



この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。



この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例



△記号は「気をつけるべきこと」(注意)を意味しています(左の例は感電注意)。



⊘記号は「してはいけないこと」(禁止)を意味しています(左の例は分解禁止)。



●記号は「しなければならないこと」(強制)を意味しています(左の例は電源プラグをコンセントから抜く)。

⚠ 警告

本機をスキューバダイビング（アクアラング）に使用しないでください。

- 本機はダイバーズウォッチではありません。誤って使用すると、事故の原因となります。



電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手の届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

⚠ 注意

お手入れについて

ケース・バンドは汚れからサビが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとサビ易くなります。



注意

かぶれについて

時計の本体およびバンドは、直接肌に接触していますので、使用状態によってはかぶれを起こす恐れがあります。

- ① 金属・皮革に対するアレルギー
- ② 時計の本体およびバンドの汚れ・サビ・汗等
- ③ 体調不良等
- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
- 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
- 万一、異常が生じた場合は、ご使用を中止し、医師にご相談ください。

分解しないでください

本機を分解しないでください。ケガをしたり、本機が故障する原因となることがあります。





データ控えを作ってください

記憶させた内容は、ノートなどに書くなどして、本機とは別に、必ず控えを残してください。本機の故障、修理や電池消耗により、記憶内容が消えることがあります。



ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やケガの予防のため、十分に安全が確認された場所で行ってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計着脱の際に、バンドの中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。



注意

オートライト作動時のご使用について

オートライト作動状態のとき、本機を腕につけて自動車などを運転すると、不用意にライトが点灯し、運転の妨げになり危険ですのでおやめください。交通事故の原因となることがあります。

目次

この時計の特長	1
---------------	---

安全上のご注意	2
---------------	---

本書について	10
--------------	----

本文中の記号について	10
------------------	----

操作部と画面表示について	10
--------------------	----

ご使用になる前に	11
----------------	----

充電容量の確認	11
---------------	----

時刻と日付の設定	12
----------------	----

光で充電（ソーラー充電）	13
--------------------	----

充電するには	13
--------------	----

充電不足や充電切れ	14
-----------------	----

充電にかかる時間	15
----------------	----

節電（パワーセービング機能）	15
----------------------	----

自動的に時計を合わせる	17
-------------------	----

電波の受信範囲と条件	18
------------------	----

受信場所	19
------------	----

電波を受信するには	19
-----------------	----

受信のご注意	23
--------------	----

モードの種類と切り替え	24
-------------------	----

各モードでできること	24
------------------	----

モードの切り替え	25
----------------	----

共通機能	27
------------	----

手動で時計を合わせる	28
------------------	----

ホーム都市の設定	28
----------------	----

12/24 時間制、時刻、日付の調整	30
--------------------------	----

方位計測	32
------------	----

方位を計測する	32
---------------	----

方位の補正	33
-------------	----

2 点補正	34
-------------	----

北方位補正	35
-------------	----

磁気偏角補正	36
--------------	----

方位の記録（ベアリングメモリー）	37
------------------------	----

使用例	38
-----------	----

方位計測のご注意	41
----------------	----

気圧／温度計測.....42

気圧／温度を計測する.....	42
気圧傾向グラフ.....	43
気圧差グラフィック.....	43
気圧傾向インフォメーション.....	44
圧力センサーと温度センサーの調整.....	46
気圧／温度計測のご注意.....	47

高度計測.....48

高度を計測する.....	48
計測間隔を選ぶ.....	49
高度差表示について.....	50
使用例.....	50
基準高度の設定.....	51
高度データの記録.....	52
高度計について.....	55
高度計のご注意.....	56
高度と温度の計測のご注意.....	56

高度の記録（データリコール）.....57

高度記録データを表示する.....	57
記録データを消去する.....	59

タイドグラフ／ムーングラフ.....60

タイドグラフ／ムーングラフモードを選ぶ.....	60
タイドグラフ.....	61
ムーングラフ.....	62
日時を指定して表示を見る.....	64
満潮時刻の補正.....	65

アラーム・時報.....67

アラームモードを選ぶ.....	67
アラーム時刻を設定する.....	67
アラーム・時報の ON/OFF.....	68
アラーム音を止める.....	68

ストップウォッチ.....69

ストップウォッチモードを選ぶ.....	69
計測する.....	69

タイマー.....70

使用例.....	70
設定時間の詳細.....	70
タイマーモードを選ぶ.....	71
計測時間を設定する.....	71

計測する.....	72	主なマークとインジケータ.....	85
予告音の ON/OFF	72	製品仕様.....	86
ワールドタイム.....	73	ご使用上の注意.....	91
ワールドタイムモードを選ぶ.....	73	お手入れについて	94
他のタイムゾーンの時刻を見る	73	本製品で使用している電池について	95
サマータイム (DST) の設定	73	金属バンドの駒詰めについて	95
ライト	75	UTC (協定世界時) とタイムゾーン.....	96
ボタンを押して点灯させる.....	75	都市コード一覧表	97
自動的に点灯させる (オートライト).....	75		
点灯時間を切り替える.....	77		
各種の設定	78		
ボタン操作音の ON/OFF.....	78		
パワーセービング機能の ON/OFF	79		
故障かな?と思ったときは.....	80		
時刻設定.....	80		
センサーモード.....	80		
ワールドタイムモード	82		
充電.....	82		
電波受信.....	83		

本書について

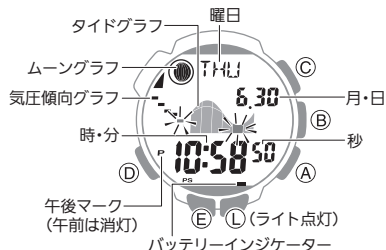
本文中の記号について

-  **注意**：誤った使用方法によるケガや故障を防ぐための情報を記載しています。
-  **重要**：正しく使用するために必要な情報を記載しています。
-  **参考**：各機能や操作の説明に関する補足情報を記載しています。
- ：詳細の説明や関連する項目などの参照ページを案内しています。

操作部と画面表示について

この時計の操作は、(A)～(E) ボタンおよび (L) ボタンを使用します。また、各表示部は以下を表します。

 モードの種類と切り替え…P.24



参考

- この取扱説明書では各ボタンの操作を説明するために、図に記載した文字を使用しています。
- この取扱説明書に記載しているイラストは、視認性を考慮して実際のものとは異なる描写をしている場合があります。ご了承ください。

ご使用になる前に

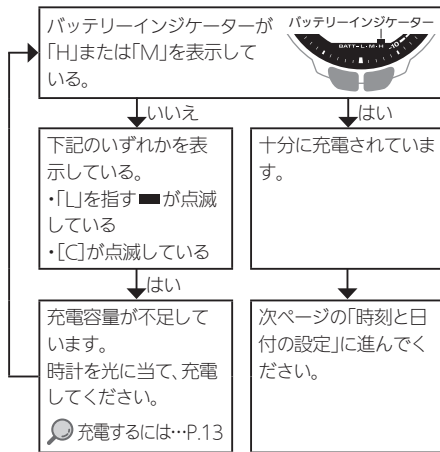
この時計をお使いになるには、「充電」と「時刻・日付」の設定が必要です。

十分に充電し、時刻と日付の表示を合わせたら、「モードの種類と切り替え」と操作したい機能の説明をお読みください。

 モードの種類と切り替え…P.24

充電容量の確認

バッテリーインジケータの表示で充電の状態を確認してください。



時刻と日付の設定

時刻と日付の表示を確認して、チャートに従ってください。

時刻と日付が合っている。

はい

そのまま使用できます。

いいえ

使用する地域(タイムゾーン)の代表都市およびサマータイムを設定してください。

 ホーム都市の設定…P.28

参考

購入時の初期設定は、以下の通りです。

- ホーム都市：東京（TYO）
- サマータイム設定：スタンダードタイム

時刻と日付を合わせてください。

- 電波を受信できる場所で使用する場合
 電波を受信するには…P.19
- 電波を受信できない場所で使用する場合
 12/24 時間制、時刻、日付の調整…P.30

重要

- どのモードで操作していても、 ボタンを約 2 秒間押し続けると時刻モードに戻ります。1 つのボタン操作で時刻モードに戻りたいときにお使いください。
- この時計を主に日本以外の国で使用する場合は、使用するタイムゾーンを確認してホーム都市およびサマータイム（DST）を設定してください。
 UTC（協定世界時）とタイムゾーン…P.96
- ホーム都市とサマータイム（DST）を正しく設定しないと、以下の点で支障があります。
 - 電波を受信しない
 - タイドグラフ／ムーングラフを正しく表示しない

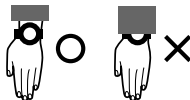
光で充電（ソーラー充電）

この時計は、ソーラーパネルで発電した電気をバッテリー（二次電池）に充電しながら動作します。ソーラーパネルは文字板と一体になっており、文字板に光が当たっているときは常に発電し充電しています。ご使用の際は、文字板（ソーラーパネル）に光を当てるように心がけてください。

充電するには



時計を腕から外しているときは、光が当たる明るい場所に置いてください。1 ヶ月に 1 回、半日ほど日光に当てて充電すると、より安定した状態で使用できます。



腕につけているときは、文字板（ソーラーパネル）に衣類の袖がかからないように心がけてください。文字板（ソーラーパネル）が一部でも隠れていると発電容量が低下します。

注意

- 充電の際、光源の条件や環境によっては時計本体が非常に高温になることがあります。火傷をしないように注意してください。また、以下のような高温下での充電は避けてください。
 - 炎天下に駐車している車のダッシュボードの上
 - 白熱灯などの発熱体に近い所
 - 直射日光が長時間当たり、高温になる所
- 極端な高温下では液晶パネルが黒くなることがありますが、温度が下がれば正常に戻ります。

充電不足や充電切れ

バッテリー(二次電池)の充電状態はバッテリーインジケーターで確認します。

- 充電容量が低下してインジケーターの表示が「L」以下になったときは、使用できる機能が制限されます。

インジケーター表示	充電状態	時計の状態
 	良好	通常
 		
	充電不足	[LOW] と「L」を指す ■ が点滅し、以下の機能が使用できなくなります。 - 電波受信 - センサー計測 - ライト点灯 - 音(アラームなど)
		[C] (Charge) マークのみ点滅表示します。
	充電切れ	機能停止(すべてのデータが消去されます)。

重要

充電切れになると機能が停止し、すべての設定は初期設定(工場出荷時)の状態に戻ります。時刻や日付など、各種設定をするときは、インジケーターの表示が「M」または「H」になるまで充電してください。

参考

直射日光や強い光が当たる場所で充電すると、バッテリーインジケーターが一時的に実際の充電容量よりも高いレベルを表示することがあります。

充電にかかる時間

充電の目安として、下表をご活用ください。

◆1日、使用するために必要な充電時間

環境（照度）	充電時間
晴れた日の屋外など（50,000 lx）	5 分
晴れた日の窓際など（10,000 lx）	24 分
曇りの日の窓際など（5,000 lx）	48 分
蛍光灯下の室内など（500 lx）	8 時間

◆充電容量の回復に必要な時間

環境（照度）	時計が動くまでの充電時間	充電が完了するまでの時間
晴れた日の屋外など（50,000 lx）	2 時間	15 時間
晴れた日の窓際など（10,000 lx）	5 時間	73 時間
曇りの日の窓際など（5,000 lx）	9 時間	146 時間
蛍光灯下の室内など（500 lx）	91 時間	—

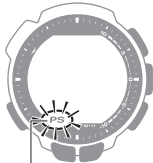
☞ 参考

実際の充電時間は環境によって異なります。

節電（パワーセービング機能）

パワーセービング機能とは、午後 10 時から午前 6 時の間に、時計を暗い場所に置いておくとも自動的に節電状態になる仕組みです。

- 節電状態には、レベル 1 とレベル 2 の 2 段階があります。

節電レベル	節電開始までの所要時間	表示と機能の状態
レベル 1	暗い場所に置いてから約 1 時間	 パワーセービングマーク ● パワーセービングマークが点滅します。 ● すべての機能は作動しています。
レベル 2	レベル 1 の状態が 6～7 日間	● パワーセービングマークが点灯します。 ● 時計機能のみ作動しています。

参考

- 節電状態は、以下の方法で解除します。
 - いずれかのボタンを押す
 - 時計を明るい場所に置く
 - 時計を傾けてオートライト機能を作動させる
- 時計を装着している場合でも、ソーラーパネルが袖などに隠れていると節電状態になることがあります。
- ストップウォッチモードまたはタイマーモードのときは節電状態になりません。
- パワーセービング機能は ON/OFF の切り替えができません。

 パワーセービング機能の ON/OFF…P.79

自動的に時計を合わせる

この時計は、時刻情報をのせた電波を受信することで、正確な時刻と日付を表示します。

電波を受信するためには、使用する地域（タイムゾーン）の代表都市をホーム都市として設定しておく必要があります。

参考

日本で使用する場合は、購入時の初期設定から変更する必要はありません。購入時の初期設定は以下の通りです。

- ホーム都市：東京（TYO）
- サマータイム設定：スタンダードタイム

受信機能に対応している地域の代表都市

ホーム都市	受信する電波
TYO/SEL/TPE	日本の標準電波（JJY）
HKG/BJS	中国の標準電波（BPC）
HNL/ANC/YVR/LAX/YEA/ DEN/MEX/CHI/NYC/YHZ/ YYT	アメリカの標準電波 （WWVB）
LIS/LON/MAD/PAR/ROM/ BER/STO/ATH/MOW	イギリスの標準電波（MSF） ドイツの標準電波（DCF77）

重要

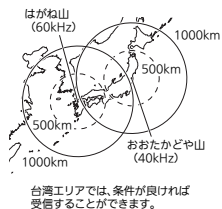
電波を受信できない地域や都市で使用するときは、手動で時刻を設定してください。

- 🔍 ホーム都市の設定…P.28
- 🔍 12/24 時間制、時刻、日付の調整…P.30
- 🔍 UTC（協定世界時）とタイムゾーン…P.96
- 🔍 都市コード一覧表…P.97

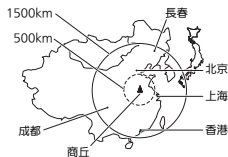
電波の受信範囲と条件

送信所の位置

<日本 (JJY) >



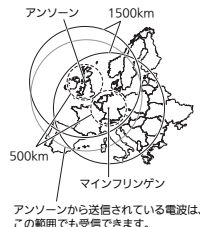
<中国 (BPC) >



<アメリカ (WWVB) >



<イギリス (MSF) /
ドイツ (DCF77) >



参考

- 電波の受信範囲内でも地形、天候、時期（季節）、時刻、無線ノイズの影響により受信できないことがあります。内側の円の範囲を越えると電波が弱くなりますので、それらの影響はより大きくなります。
- この時計を使用する国と電波を送信している国で、サマータイム制度の有無や実施期間などが異なる場合は、正しい時刻を表示しないことがあります。
- 中国は2011年4月の時点でサマータイム制度を導入していません。今後、この制度を導入した場合は、正しい時刻を表示しないことがあります。

受信場所

- 金属を避けて、時計の 12 時位置を窓に向けて置いてください。電波を受信させている間は、なるべく時計を動かしたり、操作をしたりしないでください。通常、夜間の方が電波を受信しやすくなります。
- 以下の場所では、電波を受信しにくくなります。
 - ビルの中およびその周辺
 - 乗り物の中
 - 家庭電化製品、OA 機器、携帯電話などの近く
 - 工事現場、飛行場など電波障害が起きる場所
 - 高圧線の近く
 - 山間部、山の裏側



電波を受信するには

受信方法には、決まった時刻に自動的に受信する自動受信と、ボタン操作で受信する手動受信があります。受信には 2 ～ 7 分かかりますが、状況によっては最大で 14 分かかる場合もあります。

✓ 重要

使用する地域に応じたホーム都市を設定していないと電波を受信できません。

 ホーム都市の設定…P.28

◆自動的に電波を受信する

① 時計を受信しやすい場所に置いてください。

午前 12 時から午前 5 時の間に、1 日最大 6 回（中国は 1 日最大 5 回）自動で受信します。ただし 1 日 1 回受信に成功すれば、その日は自動受信しません。

② 受信が成功すると自動的に時刻を修正し、時刻モードに戻ります。

受信に失敗した場合は、時刻を修正しません。

◆自動受信の ON/OFF 設定

自動受信の設定を OFF にして自動受信機能を停止させることができます。

参考

電波の受信に対応している都市をホーム都市に設定している場合は、自動受信の ON/OFF 設定ができます。

🔍 受信機能に対応している地域の代表都市…P.17

- ① 時刻モードで、**①** ボタンを 7 回押して、受信モードに切り替えます。

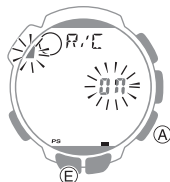
🔍 モードの切り替え…P.25

画面の上段に [R/C] を表示します。



- ② **②** **E** ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に、[ON] または [OFF] が点滅します。



- ③ **③** **A** ボタンを押して、ON または OFF に設定します。

- ④ **④** **E** ボタンを押して設定を終了します。
受信日時表示に戻ります。

◆手動で電波を受信する

- ① 時刻モードで、**①** ボタンを 7 回押して、受信モードに切り替えます。

画面の上段に [R/C] を表示します。



- ② **②** ボタンを 2 秒以上押し続けます。

- [RC Hold] を表示した後に、[RC Hold] が消えて受信を開始します。
- 電波の受信中は、受信状態レベル (L1、L2、L3) を表示します。

 受信状態のレベル表示について…P.22

受信成功インジケーター

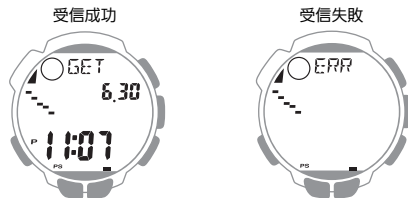


受信状態レベル表示

参考

- 受信の状況が安定するまで、約 10 秒かかる場合があります。
- 受信を中止したいときは、**②** ボタンを押します。

③ 受信が終了すると受信結果を表示します。



参考

受信に失敗した場合でも、前回の受信（24時間以内）が成功しているときは、受信成功インジケーターが点灯します。

④ ① ボタンを押す、または何も操作しないまま2～3分経過すると時刻モードに戻ります。

参考

受信を失敗した場合は、周辺の受信環境をご確認になり、再度受信操作をしてください。

◆ 受信状態のレベル表示について

電波を受信しているとき、受信状態を以下のように表示します。レベル表示を確認し、電波の受信状態が最も安定する所に時計を置いてください。



参考

- 受信の条件が良好な場合でも、受信状態が安定するまで約10秒かかります。
- 天候、時間、環境などの影響で受信状態は変化します。

◆最終受信の日時確認

① 時刻モードで、① ボタンを7回押して、受信モードに切り替えます。

- 画面の上部に「R/C」を表示します。
- 最後に受信した日付と時刻を表示します。
- 一度も受信に成功しなかったときは、「-:-」を表示します。



受信成功インジケータ

参考

時刻や日付を手動で設定した場合、受信成功インジケータは点灯しません。

② ① ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

受信のご注意

- 時刻モードおよびワールドタイムモードのときに自動受信ができます。
- 正確な標準時を受信して時刻を修正しても、表示時刻に1秒未満の誤差を生じることがあります。
- 以下の状態では、電波を受信することができません。
 - 充電不足のとき（バッテリーインジケータの表示が「L」以下）
 - 節電レベル2のとき
 - センサー計測しているとき
 - タイマー計測しているとき
- 受信中にアラーム音が鳴ったときは、受信を中止します。
- 日付を自動で設定できる2099年12月31日までは電波を受信します。2100年1月以降は受信できなくなります。
- 電波障害により誤った信号を受信したときは、再度電波を受信してください。
- 電波を受信しても時刻の修正ができないときは、平均月差±15秒以内の精度で動きます。

モードの種類と切り替え

この時計には、機能に応じた11のモードがあります。各モードの機能とモード切り替え方法は以下の通りです。

また、各モードに共通している機能や操作は、27ページを参照してください。

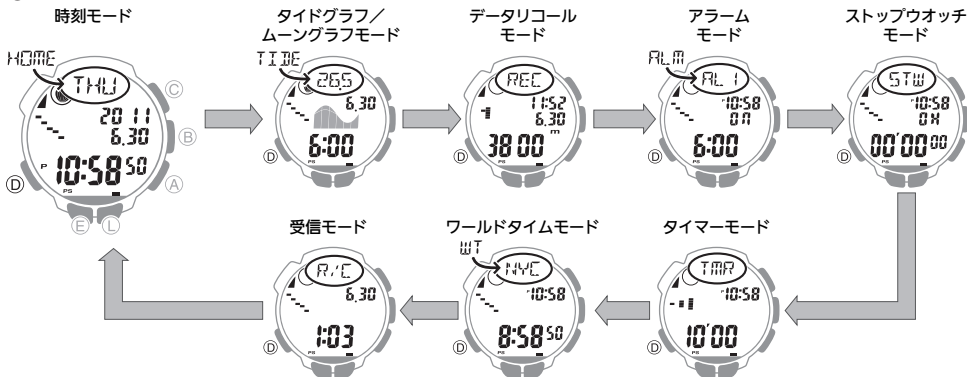
各モードでできること

モード	機能	参照ページ
時刻	- ホーム都市の時刻表示 - 時刻、日付、サマータイムの設定	P.27 P.28
受信	- 電波受信 - 受信結果の確認 - 自動受信の ON/OFF 設定	P.19
方位計測	- 現在地から目的地の方位や角度の計測 - 方位の記録（ベアリングメモリー） - 地図上での現在位置の確認	P.32
気圧／ 温度計測	- 現在地の気圧と温度の表示 - 気圧測定値のグラフ表示	P.42

モード	機能	参照ページ
高度計測	- 現在地の高度の表示 2カ所（基準地と現在地）の高度差の計測 - 測定日時と高度測定の記録	P.48
データリコール	高度計測モードで記録したデータの呼び出し	P.57
タイドグラフ／ ムーングラフ	潮の干満や月の満ち欠けの表示	P.60
アラーム	- アラーム時刻の設定 - 時報の ON/OFF 設定	P.67
ストップ ウォッチ	経過時間の計測	P.69
タイマー	タイマーの設定、計測	P.70
ワールドタイム	世界48都市（31タイムゾーン）の時刻を表示	P.73

モードの切り替え

④ ボタンを押すごとに、以下のモードに切り替わります。



参考

- どのモードで操作していても、④ ボタンを約 2 秒間押し続けると時刻モードに戻ります。ボタン操作音が ON に設定されているときは、このときピピッと 2 回高い音が鳴ります。
- ボタン操作音が ON に設定されているときは、④ ボタンを押すごとに音が鳴ります。時刻モードに戻るときは、高い音が鳴ります。

ボタン操作音の ON/OFF...P.78

モードの種類と切り替え

右記のボタン操作で、時刻モードと方位、気圧／温度、高度を計測する各センサーモードに切り替わります。

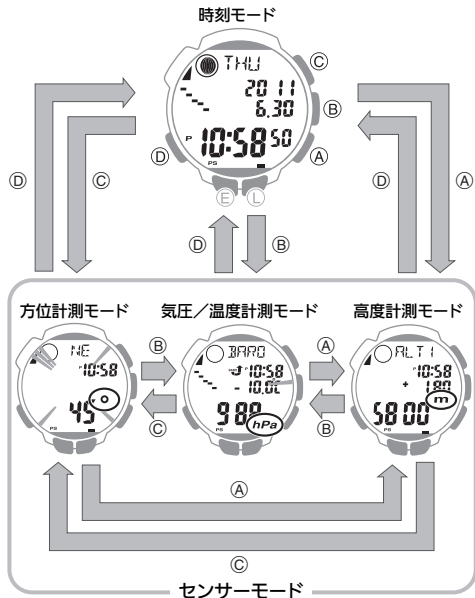
✓重要

センサーモード以外のモードからセンサーモードに切り替えるときは、まず時刻モードに切り替える必要があります。

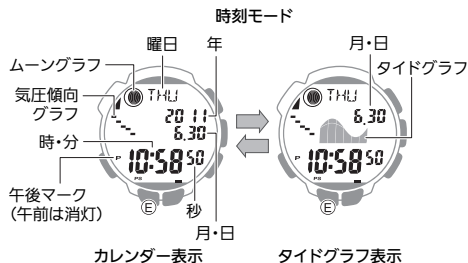
☞参考

ボタン操作音が ON に設定されているときは、④ ボタンを押すごとに音が鳴ります。時刻モードに戻るときは、高い音が鳴ります。

🔍 ボタン操作音の ON/OFF…P.78



時刻モードでは、**(E)** ボタンを押すごとに表示が切り替わります。



参考

タイドグラフ表示に切り替えてから約 24 時間経過すると、自動的にカレンダー表示に戻ります。

共通機能

以下の機能と操作は各モードに共通しています。

◆自動表示切り替え

- 各モードで何も操作せず時間が経過すると、時刻モードに自動的に戻ります。

モード	経過時間
タイドグラフ／ムーングラフ、データリコール、アラーム、受信、方位計測	約 3 分間
高度計測	最短で 1 時間 最長で 24 時間
気圧計測	約 24 時間
時刻などの設定中 (デジタル表示が点滅)	約 3 分間

- 各モードで設定中（デジタル表示が点滅）に 2 ～ 3 分間何も操作しないと、自動的に設定画面を抜けて通常の画面に戻ります。

◆早送り

- 各モードで設定をするとき、**(A)** および **(C)** ボタンを押して設定内容を変更します。
- (A)** または **(C)** ボタンを押し続けると、設定値を早送りできます。

手動で時計を合わせる

時刻モードでは、現在の時刻と日付を設定・表示します。ホーム都市を設定して電波を受信すれば、自動的に正しい時刻と日付を表示することができます。

✓重要

電波を受信できない地域や都市で使用するときは、手動で時刻を設定してください。

🔍 12/24 時間制、時刻、日付の調整…P.30

ホーム都市の設定

ホーム都市は、都市コード一覧表の 48 都市(31 タイムゾーン)の中から、この時計を使用する場所と同じタイムゾーンの都市を設定します。また、使用する国や地域に応じてスタンダードタイムまたはサマータイム(DST)の設定をします。ホーム都市を正しく設定しないと、電波を受信できる場所においても受信できないほか、「ワールドタイム都市」の時刻を正しく表示しない原因になります。

🔍 都市コード一覧表…P.97

✓重要

日本で使用する場合は、ホーム都市を東京(TYO)に設定します。

🗨参考

サマータイムとは、DST(Daylight Saving Time)とも言い、通常の時刻(スタンダードタイム)から1時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの実施期間や実施地域は、国によって異なります。また、サマータイム制度を採用していない国や地域もあります。

◆ホーム都市、サマータイムを設定する

① 時刻モードで、**(E)** ボタンを2秒以上押し続けて、都市コード設定画面に切り替えます。

- [SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、都市コードが点滅します。
- 2～3分間何も操作しないと、自動的に設定画面を終了します。



② ① または ③ ボタンを押して、都市コードを選択します。

- 設定したい都市コードを表示するまで、① または ③ ボタンを押します。
- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。

③ ④ ボタンを押して、サマータイム（DST）設定画面に切り替えます。

④ ① ボタンを押して、サマータイム（DST）の設定を選択します。



⑤ ① ボタンを押すごとに以下の設定が切り替わります。

DST AUTO	電波を受信すると自動的にスタンダードタイム／サマータイム（DST）を切り替えます。
DST OFF	スタンダードタイムを表示します。
DST ON	サマータイムを表示します。

⑤ ⑤ ボタンを押して設定を終了します。

- 手順 1 の画面に戻るときは ⑤ ボタンをもう 1 回押します。
- サマータイムを設定すると時刻モード画面に、[DST] を表示します。

参考

- DST AUTO の設定は、電波を受信可能な都市コードをホーム都市に設定しているときのみ有効です。
- 電波の受信に対応していない地域は、DST OFF または DST ON のいずれかを選択します。
- ホーム都市を「UTC」に設定しているときは、DST ON/OFF の切り替えはできません。

12/24 時間制、時刻、日付の調整

電波を受信できない地域で使用するときは、時刻と日付を手動で合わせます。

✓重要

電波を受信できる地域で使用しているときは、受信による時刻と日付の修正をおすすめします。

◆時刻と日付の合わせかた

① 時刻モードで、(E) ボタンを約2秒間押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、都市コードが点滅します。



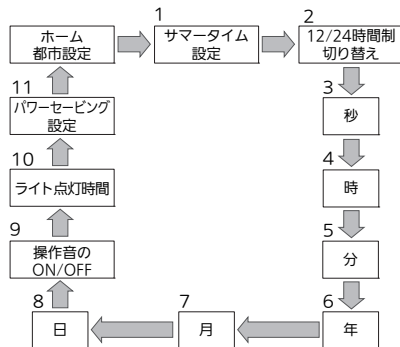
🔍 ホーム都市の設定…P.28

✓重要

ホーム都市を設定する前に他の設定をしないでください。

② (D) ボタンを押して、設定する項目を選択します。

(D) ボタンを押すごとに以下の順序で設定項目が切り替わります。



🗨️参考

上図の数字は、(D) ボタンを押す回数を示します。

③ ① または ③ ボタンを押して、以下の設定を変更します。

画面	変更項目	操作
TYO	都市コード変更	① または ③ ボタンを押す
AUTO	AUTO DST/ サマータイム / スタンダードタイムを切り替え	① ボタンを押す
12H	12 時制 (12H) と 24 時制 (24H) の切り替え	① ボタンを押す
50	秒を「00」にリセット - 30 ~ 59 秒のときは 1 分繰り上がります	① ボタンを押す
10:58	「時」「分」の変更	① または ③ ボタンを押す
20 11 6.30	「年」「月」「日」の変更	① または ③ ボタンを押す

④ ⑤ ボタンを押して、設定を終了します。

手順 1 の画面に戻るときは ⑤ ボタンをもう 1 回押します。

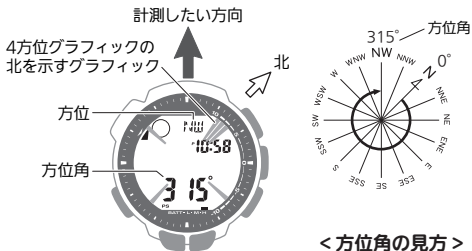
参考

- 12 時間制に設定したときは、正午から午後 11 : 59 までは P(午後) マークを表示します。24 時間制の場合は、P(午後) マークを表示しません。
- 日付の設定は、月ごとの日数の違いや、うるう年にも対応しています (フルオートカレンダー)。

方位計測

方位計測モードでは、時計に内蔵している磁気センサーが磁北を検出して方位を表示します。方位計測モードを使用すると、目標物の方位や現在位置を調べることができます。

方位を計測する



< 方位角の見方 >

以下は表示する方位の略語の意味を表しています。

方位	N	NNE	NE	ENE	E	ESE	SE	SSE
意味	北	北北東	北東	東北東	東	東南東	南東	南南東
方位	S	SSW	SW	WSW	W	WNW	NW	NNW
意味	南	南南西	南西	西南西	西	西北西	北西	北北西

① 時刻モード、方位計測モード、気圧／温度計測モードまたは高度計測モードに切り替えます。

重要

モードを切り替えるときは、25 ページをご覧ください。

② 時計の 12 時位置を計測したい方向に向けます。

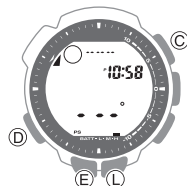
③ 時計を水平に保ちながら、**◎** ボタンを押します。

- 画面に [COMP] を表示し、計測を開始します。
- 方位計測を開始すると約 2 秒後に 12 時位置が指す方位を略語で表示します。また、4 方位グラフィックが東西南北の方位を表示します。
- 最初の計測後、1 秒ごとに 20 秒間連続して計測します。計測が終わると方位および方位角に [- -] を表示します。

4 方位グラフィック



計測終了後



4 ⑩ ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

参考

- 4 方位グラフィックを表示していないときは、前回の計測値を表示した状態（ベアリングメモリー表示）になっています。ベアリングメモリー表示になっているときは、**Ⓔ** ボタンを押してベアリングメモリーを解除してください。

 方位の記録（ベアリングメモリー）…P.37

- 方位計測モードでは、**Ⓒ** ボタンを押せば再計測ができます。ただし、設定中（デジタル表示が点滅）は再計測できません。
- 途中で計測を中止したいときは、**Ⓓ** ボタンを押すと時刻モードに戻ります。
- 計測中の 20 秒間は、オートライトは点灯しません。
- 方位計測中にアラームなどの音が鳴ったときや **Ⓖ** ボタンを押してライト点灯させたときは、一時的に計測を中止し、アラーム音の後またはライト消灯後に計測を再開します。
- 方位計測に関する詳細は、以下を参照してください。

 方位計測のご注意…P.41

方位の補正

計測の精度を上げるため、計測の前に以下の方法で方位を補正することをおすすめします。

◆ 2 点補正と北方位補正

2 点補正と北方位補正は磁北を基準とした補正方法です。

2 点補正は、磁力が影響する環境で計測するときや、時計本体が磁気を帯びたときに使います。

北方位補正は、正確な磁北がわかっているときに磁北を合わせるために使います。

重要

計測の度に 2 点補正をすれば、より正確な計測値が得られます。使用する環境が変わるたびに 2 点補正をしてください。

参考

磁北と真北の違いは、以下を参照してください。

 方位計測のご注意…P.41

◆磁気偏角補正

磁気偏角補正は、磁気偏角角度（真北と磁北との角度差）をもとに補正します。この時計で磁気偏角補正をするときは、「磁気偏角値」と「東偏または西偏」を設定します。偏角値は1°（度）単位で入力します。調べた偏角値が、0.1°（度）単位、または1′（分）単位で記載しているときは、以下を参考に換算してください。

°（度）単位	′（分）単位	換算値
7.0°～7.4°	7° 00′～7° 20′	7°
7.5°	7° 30′	7°または8°
7.6°～7.9°	7° 40′～7° 50′	8°

☞参考

磁気偏角は、地形図や登山地図のような等高線が描かれた地図に記載されています。また、国土地理院のホームページで調べることもできます。

2 点補正

✓重要

- セットする2点は正確に180度反対方向にしてください。
- 補正中は、時計を水平にして動かさないでください。
- 実際に方位を計測する場所で補正してください（野外で方位を計測する場合は、野外で補正してください）。

① 方位計測モードに切り替えます。

② ㊦ ボタンを2秒以上押し続け、補正画面に切り替えます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、現在の磁気偏角角度が点滅します。

③ ⑩ ボタンを押し、2 点補正画面を表示します。

画面の 12 時位置のグラフィックが点滅し、[-1-] を表示して 1 点目の方位セット状態になります。



④ 時計を水平に置き、㉓ ボタンを押して 1 点目の方位を計測します。

- 方位計測中は [-] を表示します。
- 計測が成功すると [OK] および [-2-] を表示し、画面の 6 時位置のグラフィックが点滅し、2 点目の方位セット状態になります。



⑤ 時計を 180 度回転させます。

⑥ ㉔ ボタンを押して 2 点目の方位をセットします。

- 方位計測中は [-] を表示します。
- 計測が成功すると [OK] を表示し、方位計測モードに切り替わります。

北方位補正

✓ 重要

北方位補正と 2 点補正の両方を操作する場合、2 点補正完了後に北方位補正をしてください。北方位補正の後で 2 点補正をすると、北方位補正の設定が解除されます。

① 方位計測モードに切り替えます。

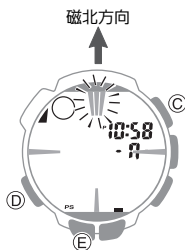
② ㉔ ボタンを 2 秒以上押し続け、補正画面に切り替えます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、現在の磁気偏角角度が点滅します。

- ③ ① ボタンを 2 回押し、北方位補正画面を表示します。

画面に「-N-」(北)を表示します。

- ④ 時計を水平に置き、12 時位置を磁北に向けま
す。



- ⑤ ③ ボタンを押し、計測を開始します。

計測中は「—」を表示し、正しく計測されると「OK」
を表示して方位計測ができる状態に切り替わります。

磁気偏角補正

- ① 方位計測モードに切り替えます。

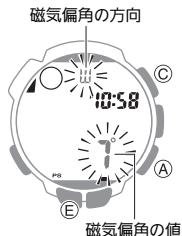
- ② ⑤ ボタンを 2 秒以上押し続け、補正画面に切
り替えます。

「[SET Hold]」を表示した後に「[SET Hold]」が消え、
現在の磁気偏角角度が点滅します。



- ③ ① (East: 東) または ③ (West: 西) ボタン
を押して、磁気偏角の方向と値をセットします。

- 磁気偏角の方向表示は以下の通りです。
 - OFF : 補正しません(磁気偏角の方向は 0° に設定)
 - E : 磁北が真北よりも東(東偏)
 - W : 磁北が真北よりも西(西偏)



- 磁気偏角の値は、西 90°～東 90°の間で設定できます。
- (A) または (C) ボタンを押し続けると早送りできます。
- 上記の図は、地図に西偏 7°（度）とある場合の磁気偏角の方向と角度の入力例を示しています。

参考

(A) ボタンと (C) ボタンを同時に押すと、磁気偏角補正が OFF になります。

- 4 (E) ボタンを押して補正を終了します。

方位の記録（ベアリングメモリー）

目標とする方位を計測して記録しておけば、目的地の方向を確認しながら進むことができます。

方位の記録（ベアリングメモリー）を使用しながら方位計測をすると、測定した方位角および記録している方向の情報を画面に表示できます。

◆計測した方位を記録する

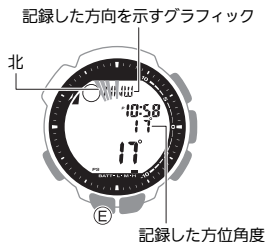
- 1 方位計測モードに切り替えます。
- 2 時計の 12 時位置を計測したい方向に向けます。
- 3 時計を水平に保ちながら、(C) ボタンを押します。
画面に [COMP] を表示し、計測を開始します。

参考

計測した方位の右側に数値を表示しているときは、前回の計測値を表示した状態（ベアリングメモリー表示）になっています。その場合は、(E) ボタンを押してベアリングメモリーを解除してください。

④ 方位測定中の約 20 秒の間に (E) ボタンを押し、計測した方位を記録します。

- 計測した方位を記録するとき、記録した角度の値が約 1 秒間点滅します。その後、ベアリングメモリー画面（記録した方向を示すグラフィックを表示する）に切り替わり、約 20 秒間の方位計測をします。
- ベアリングメモリー画面を表示した後の約 20 秒間、方位計測中に記録された方位はグラフィックによって示されます。
- ベアリングメモリー画面を表示中に (E) ボタンを押すと、記録した方向を示すグラフィックを消去し、約 20 秒間の計測を始めます。



使用例

登山やトレッキングでは、自分が今どこにいるかを把握することが必要です。そのためには地図と実際との方向を合わせることが大切です。これが「整置（正置）」です。整置をすることで、地図と実際との比較が容易になります。具体的には、地図上の北方向と時計の北方向を合わせる作業のことです。

以下に方位計測機能の使用例を紹介します。

◆ 地図で現在地を把握する

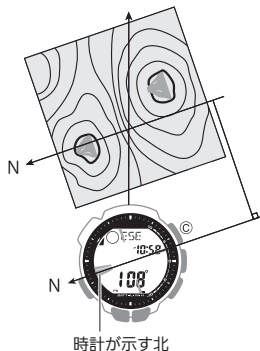
- 時刻モード、方位計測モード、気圧／温度計測モード、または、高度計測モードで、時計を水平に保ちながら (C) ボタンを押します。

約 2 秒後に方位を表示します。



- ② 4 方位グラフィックが示す北と地図の北が一致するように地図だけを回転させ、現在地と地図上の位置を一致させます。

時計が表示している北を磁北に設定している場合、地図上の磁北に合わせます。時計が表示する北を真北に設定している場合、地図上の真北に合わせます。



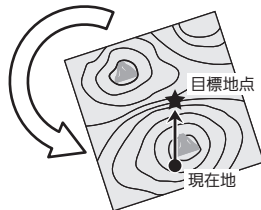
- ③ 地図と周囲の風景を対応させながら、現在地を確認します。

◆ 目的地の方位を調べて進む

- ① 地図上の北と 4 方位グラフィックの北を合わせ、現在地を確認する。

 地図で現在地を把握する…P.38

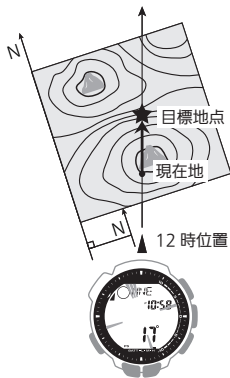
- ② 地図上の進みたい方向が体の正面を向くように地図だけを回します。



- ③  ボタンを押して方位を計測します。
約 2 秒後に方位を表示します。

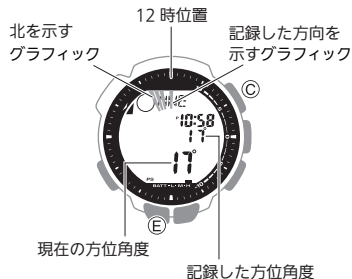
④ 地図を体の正面に持ったまま、4 方位グラフィックの北が地図の北に一致するまで体の向きを回します。

- 地図と現在地が一致し、体は進行方向を向いている状態になります。
- 時計の 12 時位置を地図上の目標地点の方向へ向けます。



⑤ **Ⓔ** ボタンを押して計測した方位を記録します。

記録した方位がグラフィックで表示されます。



計測した方位を記録する…P.37

参考

- 記録した方位のグラフィックが示す方向で目標地点に対する現在の進行方向がわかります。
- ペアリングメモリー方位とペアリングメモリーグラフィックを再表示するには、**Ⓒ** ボタンを押してください。

- ベアリングメモリー方位とベアリングメモリーグラフィックを表示しているときに、**Ⓔ** ボタンを押すと手順 5 で記録したベアリングメモリーのデータは消去されます。
- 登山またはトレッキングでは、環境や地理的条件により直進できないことがあります。正しい進路から外れた場合は手順 1 に戻り、目的地点への方位を新たに確認してください。

方位計測のご注意

北を示す用語には磁北と真北の 2 種類があります。磁北とは、磁気コンパスが示す北のことです。地球の北側の磁極を示します。真北とは、地球の自転軸の北側のことです。例えば天体観測で得られる北です。この磁北と真北は一致していません。また、磁北は時期により移動しています。磁北と真北のずれを“偏差”と呼び、その角度を“偏角”と呼びます。磁北はカナダの北側に位置するため、真北に近づくほど偏角が大きくなります。例えば日本付近でも鹿児島近辺では約 5 度、北海道近辺では約 9 度西に偏ります。そのため、高緯度地方で磁北を利用する際は、注意が必要です。

◆使用場所

地磁気に強く影響を及ぼすものの近くで計測すると、計測値に誤差が発生します。以下のものからは離してご使用ください。

- 永久磁気（磁気ネックレスなど）、金属（金属製ドア、ロッカーなど）、高圧線、架線、家庭電化製品（テレビ、パソコン、洗濯機、冷蔵庫など）
- 電車、船、飛行機などの乗り物の中では、正確な計測はできません。
- 室内、特に鉄筋コンクリート構造の建物内では正確な計測はできません。

◆保管場所

時計本体が磁気を帯びた場合、方位計測の精度に影響を及ぼす恐れがあります。永久磁気（磁気ネックレスなど）、家庭電化製品（テレビ、パソコン、洗濯機、冷蔵庫など）などの強い磁気を帯びたものの近くに置かないでください。計測した方位に誤りがある場合、時計本体が磁気を帯びている可能性があります。2 点補正をしてください。

気圧／温度計測

この時計は、気圧と温度を計測することができます。また、気圧傾向グラフ、気圧差グラフィックや気圧傾向インフォメーションを表示することもできます。

気圧／温度を計測する

- ① 時刻モード、方位計測モード、気圧／温度計測モード、または、高度計測モードで、**② ボタン**を押します。

[BARO] を表示し、約 5 秒後に計測結果を表示します。

✓重要

モードを切り替えるときは、25 ページをご覧ください。



☰参考

- ② ボタンを押してから 3 分間は、約 5 秒ごとに計測し、その後は約 2 分ごとに計測します。

◆気圧表示

計測単位：1hPa

計測範囲：260 hPa ～ 1,100hPa

- 計測範囲を超えたときは、[- - -] を表示します。

◆温度表示

計測単位：0.1° C

計測範囲：-10.0° C ～ 60.0° C

- 計測範囲を超えたときは、[- - -] を表示します。

- ② ② ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

気圧／温度計測モードで、約 24 時間何も操作しないと時刻モードに戻ります。

気圧傾向グラフ

2 時間ごとに自動計測した気圧値をグラフで表示します。表示した気圧の変化を見て天候を予測する目安として使用できます。

◆気圧傾向グラフの見方



気圧傾向グラフは過去 10 時間分の気圧値を表示します。

- グラフの横軸は時間を表し、1 つのドットが 2 時間に値します。グラフ右端のドットが最新の気圧値です。
- グラフの縦軸は気圧値を表し、1 つのドットの気圧値は 1 hPa です。
- 以下に気圧傾向グラフの見方を説明しています。



グラフが上昇しているときは、気圧が上がり傾向（天気がよくなる）という目安になります。

グラフが下降しているときは、気圧が下がり傾向（天気が悪くなる）という目安になります。

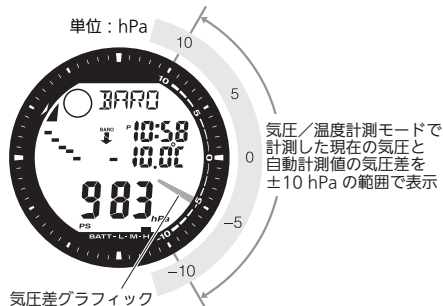
☞参考

気圧が急激に変化すると、気圧データがグラフ表示領域から外れて見えなくなることがあります。気圧値が安定すると、再びグラフ表示します。

気圧差グラフィック

気圧／温度計測モードで計測した値と、自動計測した最新の計測値の差をグラフィック表示します。

◆気圧差グラフィックの見方



気圧差グラフィックは 1hPa 単位で ± 10 hPa 範囲で表示します。

- 図は気圧差が -5hPa のときの表示です。

参考

気圧差が ± 10 hPa を超えた場合や、気圧の計測値が計測範囲を超えたときはグラフィック表示しません。

気圧傾向インフォメーション

過去 10 時間の気圧の傾向から、注意すべき気圧の変化を検知したときに、マークで知らせる機能です。

例えば、山小屋や幕営地に到着したときに、気圧計測を開始し、翌朝出発前に気圧傾向を確認すれば、その日の行動の参考になります。

気圧傾向インフォメーション



◆気圧傾向インフォメーションを使う

● 時刻モード、方位計測モード、気圧／温度計測モード、または、高度計測モードで、**(B)** ボタンを押します。

- 計測を開始します。
- 気圧傾向インフォメーションは、気圧／温度計測モードでのみ表示します。また、注意すべき気圧の変化を検知したときのみ表示します。
- 計測を終えるときは、気圧／温度計測モード以外のモードに切り替えます。

✓重要

- 正しく計測するため、高度に変化がない場所で、ボタンを操作してください。

例) - 山小屋やテントに滞在時
- 海の上

- 高度に変化があると、気圧も変化します。そのため、正しい計測ができません。登山などで昇降するときは計測しないでください。
- 気圧傾向インフォメーションを使う意思がないときも、時計を気圧／温度計測モードにしておくと、気圧傾向インフォメーションが表示されます。

◆気圧傾向インフォメーションの見方

マーク	意味	例えば、こんなことがわかります 猪熊隆之（登山家／気象予報士）
BARO ↑	気圧が急激に上昇	全般に北西または西寄りの風が強まります。
BARO ↓	気圧が急激に下降	- 全般に南東または東寄りの風が強まります。 海、山ともに大荒れになる恐れがあります。
BARO ↻	気圧が下降を続けた後、上昇に転じた	- 低気圧や気圧の谷、前線が通過したことを示しています。 - 今後も気圧が緩やかに上昇し続けるときは、天気が回復に向かいます。
BARO ↻	気圧が上昇を続けた後、下降に転じた	- 高気圧や気圧の尾根が通過したことを示しています。 - 今後は天気が下り坂に向かう可能性があります。 - 気圧や天候の変化に注意が必要です。

◆解説：「こうして利用してみよう！」

雲を発生させる主な要因は上昇流です。山で天気が変わりやすいのは、風が吹くと、その風が山にぶつかって上昇することが多いので、雲ができやすいからです。特に、海側から風が吹いてくる山の風上側で天気が崩れます。

したがって、方位計と気圧計を組み合わせることで、その場所における天気のある程度予想することができます。風は地形の影響を受けにくい、稜線や開けた場所で調べるのが良いでしょう。そのような場所に着いたら、方位計を使って風が吹いてくる方向を確認しましょう。

風の方向を確認したら、気圧変化を確認しましょう。富士山のように南側に海がある山では、海のある南から風が吹いてくると、富士山の南側で天気が崩れやすくなります。気圧が下降している局面では崩れ方が大きく、降雨（雪）の可能性が高まります。また、立山や谷川岳のように北西側に海がある山では、北西の風が吹くと天気が悪くなります。

北西の風は気圧が上昇しているときに吹きますが、気圧が上昇してもこれらの山で天気が回復することは少なく、気圧が急激に上昇するほど荒れ模様の天気になります。このように気圧計と方位計を組み合わせることで、天候の悪化を事前に予測し、より安全・正確な行動に役立てる事ができるのです。

猪熊隆之（登山家／気象予報士）

圧力センサーと温度センサーの調整

この時計に内蔵している圧力センサーと温度センサーは、工場出荷時に調整されているため、通常は調整の必要はありません。ただし、計測値に大きなずれが発生したときは、センサーを調整することができます。

重要

センサーの調整を誤ると正しい計測結果が得られません。調整する前に、以下を確認してください。

- この時計の気圧計測機能を、他の正確な気圧計と比較してください。
- この時計の温度計測機能を、他の正確な温度計と比較してください。
- 温度センサーを調整する場合は、時計を腕から外し、時計本体が常温になるまで（20～30分）おき、調整してください。

◆ 圧力センサーと温度センサーを調整する

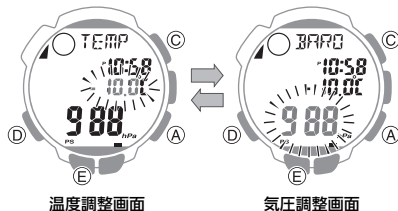
① 気圧／温度計測モードに切り替えます。

② ⑤ ボタンを2秒以上押し続け、調整画面に切り替えます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、温度表示が点滅します。



③ ④ ボタンを押すごとに、温度または気圧の選択が切り替わります。



4 ④ または ③ ボタンを押して、値を調整します。

調整単位は以下の通りです。

温度：0.1℃

気圧：1 hPa

- ④ または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。

参考

④ ボタンと ③ ボタンを同時に押すと、点滅している値が初期設定（工場出荷時）に戻ります。

5 ⑤ ボタンを押して調整を終了します。

気圧／温度計測モードに戻ります。

気圧／温度計測のご注意

- この時計で計測した気圧傾向グラフに基づき天気の実況が可能です。ただし、公式の天気予報や報道活動では、精密機器としてのご使用は避けてください。
- 圧力センサーは、急激な温度の変化に影響を受ける場合があります。
- 温度計測は体温（時計を腕にはめている場合）、直射日光、湿気の影響を受けます。正確な温度を計測するためには、腕から時計を外し、水分を拭き取り、換気が良く直射日光の当たらない所に置いてください。約 20 ～ 30 分で実際の周囲の温度を計測できます。

高度計測

高度計測モードでは、時計に内蔵している圧力センサーが気圧の変化量を計測して高度を表示します。圧力センサーが初期設定（工場出荷時）の値、または任意に設定した値を基準に高度を計測します。

- 初期設定値を基準に高度計測するときは、圧力センサーで検出したデータを ISA（国際標準大気）と照合し、高度に換算して表示します。
- 指定した値を基準に高度計測するときは、計測値を指定した値と照合し、気圧データを高度に換算して表示します。

高度を計測する

- ① 時刻モード、方位計測モード、気圧／温度計測モード、または、高度計測モードで、**(A)** ボタンを押します。

[ALTI] を表示し、約 5 秒後に計測結果を表示します。

✓重要

モードを切り替えるときは、25 ページをご覧ください。

現在時刻（ホーム都市の時刻）



☞参考

高度自動計測する場合の計測間隔は 2 種類あります。状況に応じて選択してください。

🔍 計測間隔を選ぶ…P.49

- ② **(D)** ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

◆高度表示

計測単位：5m

計測範囲：-700m ~ 10,000 m

表示範囲：-10,000m ~ 10,000m

- 計測範囲を超えたときは、[- -] を表示します。
- 基準高度の設定および気圧変化によってはマイナス値が表示されることがあります。

☞ 参考

通常の高度値は、時計の初期設定値を基準に表示します。指定した高度値を基準にすることもできます。

🔍 基準高度の設定…P.51

計測間隔を選ぶ

高度自動計測の間隔を以下の 2 種類から選択できます。

画面表示	計測間隔
0' 05	5 秒おきに約 1 時間計測
2' 00	5 秒おきに 3 分間計測後、2 分おきに約 24 時間自動計測

☞ 参考

高度計測モードで、[0' 05] 設定のときは約 1 時間、[2' 00] 設定のときは約 24 時間何も操作しないと時刻モードに切り替わります。

◆計測間隔の設定のしかた

- ① 高度計測モードで、**Ⓔ** ボタンを 2 秒以上押し続けて、基準高度設定状態にします。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、現在の高度値の表示が点滅します。

- ② **Ⓓ** ボタンを押すと、現在の計測間隔を表示します。

[0' 05] または、[2' 00] を点滅表示します。

- ③ **Ⓐ** ボタンを押すごとに、[0' 05] と [2' 00] が切り替わります。

- ④ **Ⓔ** ボタンを押して設定を終了します。

高度計測モードに戻ります。

高度差表示について

基準とする高度を設定し、移動後の高度差を高度計測モード画面で表示できます。高度差は計測のたびに更新されます。

参考

実際の使用方法は以下を参照してください。

 使用例…P.50

◆高度差表示

計測範囲：-3,000m～3,000m

- 計測範囲を超えたときは、[---] を表示します。

◆高度差基準点の設定のしかた

高度差計測の基準とする場所で高度計測モードに切り替え、**E** ボタンを押します。

- 高度を計測し、画面中段に高度差を表示します。基準地点での高度差は $[\pm 0]$ (± 0 m) を表示します。

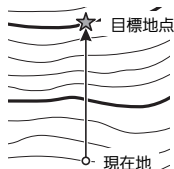


使用例

登山やトレッキングにて、高度基準点を設定すれば、基準点からの高度の変化を簡単に計測できます。

◆高度差計測の使い方

- ① 地図の等高線を使い、現在地と目的地の高度差を調べます。



- ② 高度を計測します。

 高度を計測する…P.48

③ ⑤ ボタンを押して現在地を高度基準点に設定します。

高度を計測し、画面中段に高度差を表示します。基準地点での高度差は $[\pm 0]$ (± 0 m) を表示します。



④ 地図上で測定した高度差と時計が表示する高度差を比較しながら、目標地点に向かって進みます。

地図上で現在地と目標地点の高度差が $+80$ m のとき、表示している高度差が $+80$ m の地点が目標地点付近です。

基準高度の設定

気圧の変化、大気の水蒸気変化および標高差による温度変化のため、高度の計測値に誤差が発生することがあります。登山のときなどは、高度の標識と時計が示す高度を照らし合わせ、基準高度の修正をしてください。

◆ 基準高度の設定方法

① 高度計測モードに切り替えます。

② ⑤ ボタンを2秒以上押し続け、セット画面に切り替えます。

[SET Hold] を表示した後に [Hold] が消え、高度表示が点滅します。



③ ① または ③ ボタンを押して、基準高度を調整します。

- 5m 単位で切り替わります。
- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。

参考

① ボタンと ③ ボタンを同時に押すと、高度の設定値が初期設定（工場出荷時）に戻ります。

④ ⑤ ボタンを押して調整を終了します。

高度計測モードに戻ります。

高度データの記録

計測した高度データを記録することができます。記録したデータは、データリコールモードで見ることができます。高度データには、手動記録データと自動記録データの 2 種類があります。

 高度の記録（データリコール）…P.57

◆手動記録データ

手動操作で高度を計測すると、高度とともに計測した日付、時刻を記録します。計測データは 14 本まで記録することが可能で、記録した順に [REC01] から [REC14] の番号がつきます。

◆手動記録のしかた

① 高度計測モードに切り替えます。

② ① ボタンを 2 秒以上押し続けます。

- [REC Hold] を表示した後に [Hold] が消え、高度、日付および時刻を記録します。
- 記録が完了すると、高度計測モード画面に戻ります。



参考

15 本目以降のデータは、[REC14] に上書きされ、元の [REC14] のデータは [REC13] に記録されます。順次データがずれていき、元の [REC01] のデータは押し出されて消去されます。

◆自動記録データ

一定間隔で自動計測したときの月日・時刻と高度（最高／最低高度、積算上昇／下降高度、相対高度）を記録します。
なお、自動記録データのメモリは2つあります。

メモリー 1	メモリー 2
MAX-1（最高高度）	MAX-2（最高高度）
MIN-1（最低高度）	MIN-2（最低高度）
ASC-1（積算上昇高度）	ASC-2（積算上昇高度）
DSC-1（積算下降高度）	DSC-2（積算下降高度）

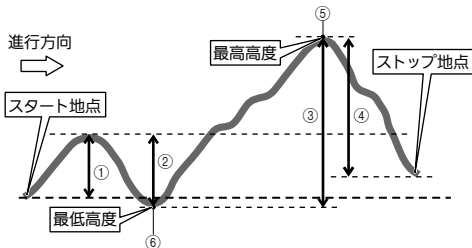
- 高度を自動計測するとメモリーのデータは自動で更新します。
- メモリー 1 とメモリー 2 のデータは個別に管理しています。

 自動記録データの使用例…P.54

☞参考

積算上昇高度および積算下降高度は、計測値に±15m以上の高度差が生じたときに記録します。

◆MAX、MIN、ASC、DSCについて



高度計測モードで計測したデータは記憶済みのデータと比較します。現在の最高高度（[MAX-1] または [MAX-2]）よりも高いときは、最高高度（[MAX-1] または [MAX-2]）を更新します。現在の最低高度（[MIN-1] または [MIN-2]）よりも低いときは、最低高度（[MIN-1] または [MIN-2]）を更新します。

- MAX（最高高度）：高度計測中の最も高い⑤の地点で計測された高度
- MIN（最低高度）：高度計測中の最も低い⑥の地点で計測された高度

高度計測

また、ASC（積算上昇高度）と DSC（積算下降高度）は以下のように算出します。

- ASC（積算上昇高度）：上昇した高度の合計（① + ③）
- DSC（積算下降高度）：下降した高度の合計（② + ④）

高度計測モード以外のモードに切り替えると、高度計測モードの各自動計測を終了します。積算上昇高度の合計と積算下降高度が ASC および DSC としてメモリーに記録されます。高度計測モードに再び切り替えると、その時点から前回の記録に引き続き積算計測を再開します。

◆自動記録データの使用例

自動記録データのメモリー 1 とメモリー 2 を使用して、日ごとのデータと累積データを記録することができます。

例) 3 日間の登山データの記録

		メモリー 1 (日ごとのデータ)				メモリー 2 (累積データ)			
		MAX-1	MIN-1	ASC-1	DSC-1	MAX-2	MIN-2	ASC-2	DSC-2
1 日間	登山開始時	記録データの消去				記録データの消去			
	登山終了時	1 日目の計測結果				1 日目の計測結果 (メモリー 1 と同じ計測結果)			

		メモリー 1 (日ごとのデータ)				メモリー 2 (累積データ)			
		MAX-1	MIN-1	ASC-1	DSC-1	MAX-2	MIN-2	ASC-2	DSC-2
2 日間	登山開始時	記録データの消去				1 日目の計測結果			
	登山終了時	2 日目の計測結果				最高 2 日間の 高度	最低 2 日間の 高度	積算 2 日間の 上昇高度	積算 2 日間の 下降高度
3 日間	登山開始時	記録データの消去				最高 2 日間の 高度	最低 2 日間の 高度	積算 2 日間の 上昇高度	積算 2 日間の 下降高度
	登山終了時	3 日目の計測結果				最高 3 日間の 高度	積算 3 日間の 下降高度	積算 3 日間の 上昇高度	積算 3 日間の 下降高度

🗨️ 参考

記録データを消去するときは、以下を参照してください。

🔍 記録データを消去する…P.59

高度計について

一般的には、高度が上がると気圧は低くなり、温度は下がります。この時計の高度計測は、国際民間航空機関(ICAQ)が定めている国際標準大気(ISA)の定義をもとに、相対高度を表示します。

高度	気圧	温度
4,000m	616hPa	100m毎に約8hPa -11℃
3,500m		
3,000m	701hPa	100m毎に約9hPa -4.5℃
2,500m		1,000m毎に約6.5℃
2,000m	795hPa	100m毎に約10hPa 2℃
1,500m		
1,000m	899hPa	100m毎に約11hPa 8.5℃
500m		
0m	1,013hPa	100m毎に約12hPa 15℃

(国際標準大気より)

以下の条件下では、正しい計測ができない場合があります。

- 気象条件により、大気圧に変化が生じたとき

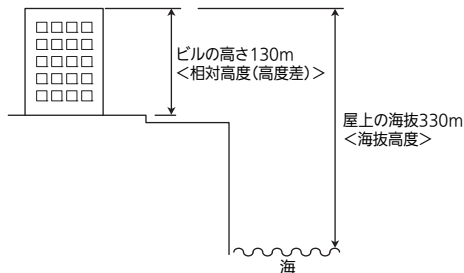
- 気温の変化が大きいとき
- 時計が強い衝撃を受けたとき

参考

高度の表現には以下の2つがあり、この時計は相対高度を計測しています。

- 海拔高度：海面からの高度を表します。
- 相対高度：2つの場所の高さの差を表します。

<海拔高度と相対高度>



高度計のご注意

- この時計は、気圧をもとに高度の計測をしています。気圧の変化によって、同じ場所でも高度の計測結果が異なる場合があります。
- 急激な温度変化は圧力センサーに影響を及ぼします。高度を計測するときは、温度変化の影響を受けないよう注意してください。
- スカイダイビング、ハンググライダー、パラグライダーをしているとき、またはジャイロコプター、グライダーのように短時間で高度が変化する場合は、使用しないでください。
- この時計の高度計測を専門的または産業レベルで利用しないでください。
- 航空機内でアナウンスされる高度と、この時計で計測した高度は一致しません。

高度と温度の計測のご注意

正確な計測結果を得るためには、温度計測と高度計測でそれぞれ条件が異なります。温度計測は、時計を腕から外して体温の影響を受けないようにしてください。高度計測は時計を腕にはめている方が温度が安定し、より正確な計測ができます。

- 高度は、時計を腕につけたままか、温度が安定した場所で計測してください。
- 温度は、時計を腕から外し、直射日光が当たらない場所で計測してください。

高度の記録（データリコール）

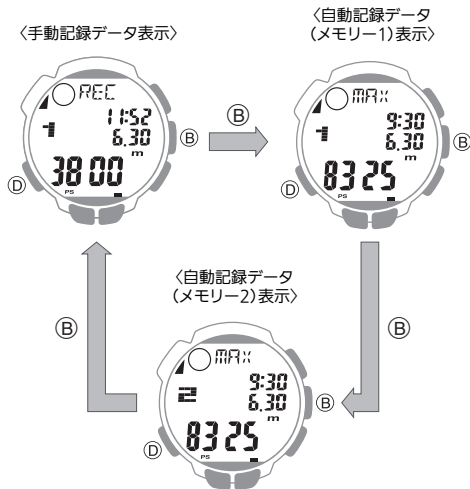
データリコールモードでは、高度計測モードで記録した手動記録／自動記録のデータ（最高高度、最低高度、積算上昇高度、積算下降高度）を見ることができます。

高度記録データを表示する

- ① 時刻モードで、**(D)** ボタンを 2 回押すと、データリコールモードに切り替わります。

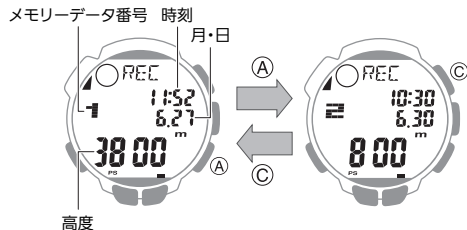
[REC] を表示し、約 1 秒後に前回表示していたデータを表示します。

- ② **(B)** ボタンを押して、手動記録データまたは自動記録データを選択します。



③ ① または ③ ボタンを押して、表示したい記録データを選択します。

手動記録データ ([REC 01] ~ [REC 14])



- 表示画面の中段に、記録した「月日」と「時刻」を表示します。
- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。

自動記録データ

〈最高高度値〉



〈最低高度値〉



〈積算下降高度値〉



〈積算上昇高度値〉



- 最高高度値 (MAX) および最低高度値 (MIN) を表示画面の最下段に、記録した「月日」と「時刻」を中段に表示します。

- 積算上昇高度値(ASC)および積算下降高度値(DSC)を表示画面の最下段に、積算記録を開始した「年月日」と「時刻」を中段に表示します。
- ④ または ⑤ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 自動記録データの詳細情報は下記を参照してください。

 自動記録データ…P.53

参考

- データ消去後やエラーなどでデータがない場合は、[—] を表示します。また、積算上昇高度(ASC)と積算下降高度(DSC)は、[0] を表示します。
- 積算上昇高度(ASC)または積算下降高度(DSC)が99,995mを超えると、0から積算します。
- 積算上昇高度(ASC)または積算下降高度(DSC)が5桁になると、1万の位の数値は画面の左下に表示します。下図ではASC-1が99,995mの画面表示を表しています。



- ④ ⑤ ボタンを押して、データリコールモードを終了します。

記録データを消去する

- ① データリコールモードに切り替えます。
- ② ⑥ ボタンを押して、消去する手動記録データまたは自動記録データを選択します。

参考

消去したデータは復帰できません。

- ③ ⑥ ボタンを2秒以上押し続けます。
 - [CLR Hold] を表示した後に [Hold] が消えます。
 - データを消去すると [—] を表示します。

タイドグラフ／ムーングラフ

調べたい場所（ホーム都市）や日時を設定すると、潮の干満、潮回り、月齢、月の形を表示します。

▼重要

- タイドグラフ／ムーングラフは、時刻モードの「ホーム都市」で計算した値を表示します。あらかじめ調べたい場所を時刻モードの「ホーム都市」に設定してください。
- タイドグラフ／ムーングラフを見るために時刻モードの「ホーム都市」を変更したときは、タイドグラフ／ムーングラフの確認後、時刻モードの「ホーム都市」を元の場所（都市）に戻してください。

🔍 ホーム都市の設定…P.28

📖参考

タイドグラフの計算には約 2 秒かかります。モードを切り替えた直後などのタイドグラフ計算中は、下記の操作をすることができません。

🔍 北半球または南半球の表示を選ぶ…P.63

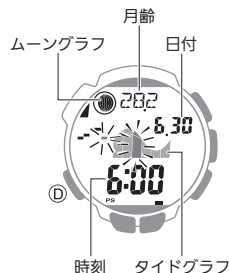
🔍 満潮時刻の補正…P.65

🔍 満潮時刻を「初期設定値（工場出荷時の時刻）」に戻す…P.66

タイドグラフ／ムーングラフモードを選ぶ

- 時刻モードで、**ⓓ** ボタンを 1 回押すと、タイドグラフ／ムーングラフモードに切り替わります。

[TIDE] を表示し、約 2 秒後に時刻モードの日付で計算した結果を表示します。



タイドグラフ

◆現在のタイドグラフを見る

時刻モードやタイドグラフ／ムーングラフモードで表示します。

- 設定中（表示が点滅しているとき）は除きます。
- グラフが表示されるまでに約 2 秒かかります。

<例:時刻モード>



✓重要

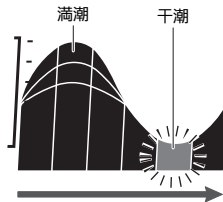
表示される情報は、航海のためのものではありません。航海には必ず海上保安庁刊行の潮汐表を使用してください。この時計のタイドグラフ表示は、あくまで潮の干満の様子を見る目安としてお使いください。

◆タイドグラフについて

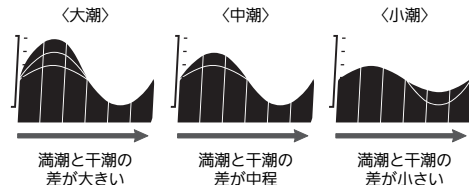
現在の潮の状態を点滅で表します。

- 潮の状態（干満）：6 段階表示

例：大潮の干潮時付近



- 潮回り（3つのパターン）



ムーングラフ

◆現在のムーングラフを見る

時刻モードやタイドグラフ/ムーングラフモードで表示します。

- 設定中（表示が点滅しているとき）は除きます。
- グラフが表示されるまで約 2 秒かかります。

<例：タイドグラフ/ムーングラフモード>

ムーングラフ（月の形） 月齢



ムーングラフが示す月の形は、黒く点灯している部分が「月の影」です。点灯していない部分が「月の形＝見える形」です。

月の部分（白い部分）



影の部分

◆月の形と月齢

月の形	月 齢	表示	月の形	月 齢	表示
新月	28.7 ~ 29.8 0.0 ~ 0.9		満月	13.9 ~ 15.7	
	1.0 ~ 2.7			15.8 ~ 17.5	
	2.8 ~ 4.6			17.6 ~ 19.4	
	4.7 ~ 6.4			19.5 ~ 21.2	
上 弦	6.5 ~ 8.3		下 弦	21.3 ~ 23.1	
	8.4 ~ 10.1			23.2 ~ 24.9	
	10.2 ~ 12.0			25.0 ~ 26.8	
	12.1 ~ 13.8			26.9 ~ 28.6	

- 月の形は表示日の「正午」における、おおよその形です。なお、月の左右どちらが欠けているかを表現するものであり、実際に見える月の形とは異なります。
- 表の「月の形」は、北半球を基準として月を南向きに見上げたときのものです。南半球や赤道付近で北寄りに月が見えるときは左右逆に見えます。
- 月の形は、時刻・日付および使用場所（ホーム都市）を正しく設定しないと正しく表示されません。
- 月齢の計算精度は± 1 日です。

◆北半球または南半球の表示を選ぶ

次のいずれかの表示を選ぶことができます。

- 北半球での月の形（南方向に月が見える場合）
- 南半球での月の形（北方向に月が見える場合）

① タイドグラフ／ムーングラフモードに切り替えます。

② E ボタンを 2 秒以上押し続けます。

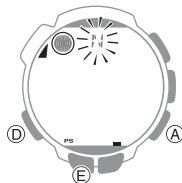
[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、満潮時刻の「時」が点滅します。

満潮時刻の「時」



③ D ボタンを 2 回押します。

[N] または [S] が点滅します。



- ④ ① ボタンを押すごとに、[N] と [S] が切り替わります。

N: 北半球での月の形（南方向に月が見える場合）

S: 南半球での月の形（北方向に月が見える場合）

- ⑤ ② ボタンを押します。

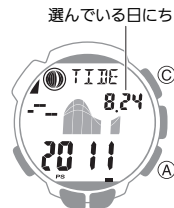
点滅が止まり、設定完了です。

日時を指定して表示を見る

- ① タイドグラフ／ムーングラフモードに切り替えます。

- ② ① または ③ ボタンを押して、日付を選びます。

- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 日付を選ぶと約 2 秒後に、タイドグラフとムーングラフが表示されます。
- 日付は 2000 年 1 月 1 日～ 2099 年 12 月 31 日の範囲内で設定できます。



- ③ ② ボタンを押して、時刻を選びます。

- ② ボタンを押すごとに 1 時間ずつ進みます。
- ③ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 時刻にあわせてタイドグラフが変化します。ムーングラフは、常に手順 2 で選んだ日付の正午における「おおよその形」になります。



満潮時刻の補正

工場出荷時の満潮時刻は、東京（芝浦）での経度と月潮間隔で計算しています。調べたい場所や季節の違いにより満潮時刻は異なりますので、より正しく使うためには、調べたい場所の近くの満潮時刻を入力する必要があります。潮時表、インターネット、新聞などを参考に、満潮時刻を補正してご使用ください。

① タイドグラフ／ムーングラフモードに切り替えます。

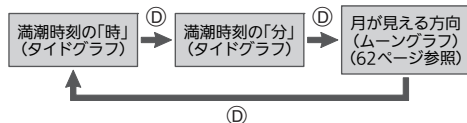
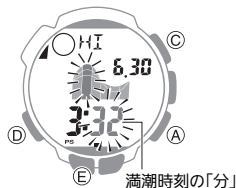
② **Ⓔ** ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、満潮時刻の「時」が点滅します。



③ **Ⓓ** ボタンを押します。

Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。満潮時刻の「時」または「分」を点滅させます。



④ ① または ③ ボタンを押して、点滅している数値を変更します。

- 時刻を進めるときは ① ボタンを、戻すときは ③ ボタンを押します。
- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 満潮時刻の「時」「分」をともに変更するときは、手順 3 と手順 4 の操作を繰り返してください。
- 一日に 2 回満潮がある日は、最初の満潮時刻に合わせてください。2 回目の満潮時刻に合わせると、時計内部で計算して最初の満潮時刻に変換します。上記の変換をしても、タイドグラフ／ムーングラフは正しく表示されます。
- 時刻モードでサマータイムを ON にしても、ここで設定した満潮時刻は変わりません。

⑤ ② ボタンを押します。

点滅が止まり、設定完了です。

 参考

ホーム都市を変更すると、満潮時刻はその都市の初期設定値に戻ります。

◆満潮時刻を「初期設定値（工場出荷時の時刻）」に戻す

① タイドグラフ／ムーングラフモードに切り替えます。

② ② ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、満潮時刻の「時」が点滅します。

③ ① ボタンと ③ ボタンを同時に押して、満潮時刻を初期設定値に戻します。

④ ② ボタンを押します。

点滅が止まり、設定完了です。

アラーム・時報

アラームは5つの時刻を設定できます。設定した時刻になるとアラーム音が約10秒間鳴ります。また、毎正時(00分)に時報を鳴らすこともできます。



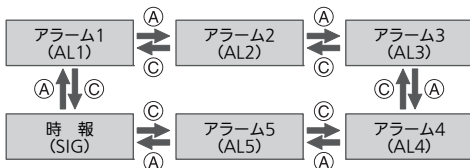
アラームモードを選ぶ

- 時刻モードで、D ボタンを3回押すと、アラームモードに切り替わります。

[ALM] を表示し、約1秒後にアラーム番号 ([AL1] ~ [AL5]) または [SIG] を表示します。

アラーム時刻を設定する

- 1 アラームモードで、A または C ボタンを押して、設定するアラーム番号を選択します。



- 2 E ボタンをアラーム時刻の「時」表示が点滅するまで(約2秒間)押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、アラーム時刻設定画面に切り替わります。

- ③ ① ボタンを押すごとに、「時」または「分」の選択が切り替わります。

選択している方が点滅表示します。



- ④ ① または ③ ボタンを押して、「時」または「分」を設定します。

- ① または ③ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 12 時間制で表示している場合、午後は [P] を表示します。

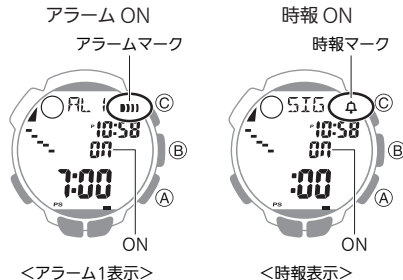
- ⑤ ⑤ ボタンを押して、設定を終了します。

アラーム・時報の ON/OFF

- ① アラームモードで、① または ③ ボタンを押して、設定するアラーム番号または時報を選択します。

- ② ② ボタンを押して、アラームまたは時報の ON/OFF を切り替えます。

5 つのアラームのうち 1 つ以上のアラームを ON にすると、アラームマークが点灯します。時報を ON にすると、時報マークが点灯します。



アラーム音を止める

- いずれかのボタンを押すとアラーム音が止まります。

ストップウォッチ

1/100秒単位で23時間59分59.99秒まで計測できます。
計測範囲を超えた場合は、0に戻って計測を続けます。



ストップウォッチモードを選ぶ

- 時刻モードで、**ⓓ** ボタンを4回押すと、ストップウォッチモードに切り替わります。

[STW] を表示します。

計測する

- ボタン操作は、以下の通りです。

- 経過時間計測

(A) → (A) → (A) → (A) → (C)
 スタート ストップ (再スタート) (ストップ) リセット

- スプリットタイム（途中経過時間）計測

① → ③ → ③ → ① → ③
スタート スプリット スプリット解除 ストップ リセット

- ・1・2 着同時計測

(A) → (C) → (A) → (C) → (C)
 スタート スプリット ストップ スプリット解除 リセット
 1着ゴール 2着ゴール (2着のタイム表示)
 (1着のタイム表示)

 参考

- 計測を開始後は、他のモードに切り替えたり、計測範囲を超えても © ボタンでリセットするまで計測を継続します。
- スプリット計測中に他のモードへ切り替えると、スプリットが解除されて経過時間を計測します。

タイマー

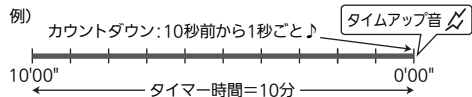
通常のタイマー計測に加えて、計測中にボタン操作でタイマーをリセットして、計測をやり直すことができます。「スタートの5分前に予告の合図があるヨット競技」などに参加する際にご活用ください。



使用例

◆通常のタイマーとして使用

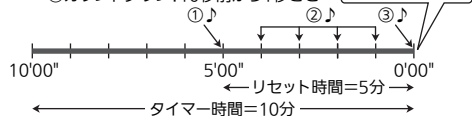
予告音は OFF にします。



◆リセット時間も使用

予告音を ON にすれば、このように音が鳴ります。

- 例) ①リセット時間の開始予告音: 10秒前から1秒ごと
②タイムアップ予告音: 1分ごと
③カウントダウン: 10秒前から1秒ごと



🔍 計測する…P.72

🔍 予告音の ON/OFF…P.72

設定時間の詳細

◆タイマー時間

- 1分から60分まで
- 1分単位

◆リセット時間

- タイマー時間の範囲内で、1分から5分まで
- 1分単位

🗨️ 参考

予告音が OFF のときは、カウントダウン音とタイムアップ音だけが鳴ります。

タイマーモードを選ぶ

- 時刻モードで、**①** ボタンを 5 回押すと、タイマーモードに切り替わります。

計測時間を設定する

- ①** タイマーモードに切り替えます。
- タイマー計測中の場合は、**①** ボタンを押して計測を停止してから **③** ボタンを押して計測時間をリセットします。
 - タイマー計測が一時停止している場合は、**③** ボタンを押して計測時間をリセットします。
- ②** **②** ボタンをタイマーの「分」表示が点滅するまで（約 2 秒間）押し続けます。
- [SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、タイマー設定画面に切り替わります。

- ③** **④** ボタンを押すごとに「タイマー時間」または「リセット時間」が切り替わります。

- [TMR] がタイマー時間、[RST] がリセット時間です。
- 選択している方を表示します。

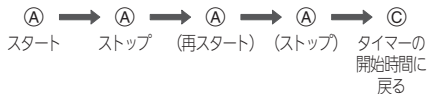


- ④** **①** または **③** ボタンを押して「分」を設定します。
- ⑤** **②** または **④** ボタンを押し続けると早送りできます。
- ⑤** **⑤** ボタンを押して設定を終了します。

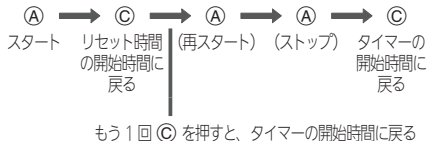
計測する

● ボタン操作は、以下の通りです。

<通常のタイマーとして使用>



<リセット時間も使用>



☞ 参考

- タイムアップの 10 秒前から 1 秒ごとにカウントダウン音が鳴ります。
- 他のモードに切り替えていても、カウントダウン音とタイムアップ音が鳴ります。

予告音の ON/OFF

● タイマーモードで、B ボタンを押すごとに、予告音の ON/OFF が切り替わります。

ON にすると  を表示します。

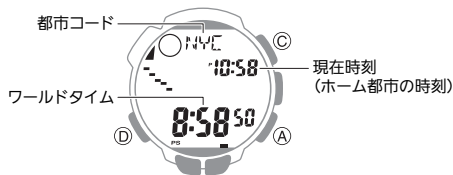
ワールドタイム

世界 48 都市（31 タイムゾーン）の時刻を知ることができます。ワールドタイムモードで選択した都市を「ワールドタイム都市」といいます。

ワールドタイムモードを選ぶ

- 時刻モードで、**④ ボタン**を 6 回押すと、ワールドタイムモードに切り替わります。

[WT] を表示し、約 1 秒後に現在選択している都市コードを表示します。



他のタイムゾーンの時刻を見る

- ワールドタイムモードで、**① または ③ ボタン**を押して都市コードを選択します。
 - 選択した都市の現在時刻を表示します。
 - **① または ③ ボタン**を押し続けると早送りできます。

サマータイム (DST) の設定

- 1 ワールドタイムモードで、**① または ③ ボタン**を押して都市コードを選択します。
- 2 **⑤ ボタン**を 2 秒以上押し続けます。
 - [DST Hold] を表示した後に [DST Hold] が消え、サマータイムの設定が切り替わります。
 - 表示時刻がサマータイムのときは、[DST] を表示します。



参考

- サマータイムとは、DST (Daylight Saving Time) とも言い、通常の時刻 (スタンダードタイム) から 1 時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの実施期間や実施地域は、国によって異なります。また、サマータイム制度を採用していない国や地域もあります。
- ワールドタイム都市に UTC を設定した場合、サマータイム設定の切り替えはできません。
- サマータイム設定は、選択しているタイムゾーンのみ適用します。他のタイムゾーンには影響しません。

ライト

暗いところで時計の表示を見るときに、ライトを点灯させて画面を明るくすることができます。また、暗いところで時計の傾きによってライトを点灯させるオートライト機能を設定できます。

ボタンを押して点灯させる

- ① ボタンを押すと、ライトが点灯します。

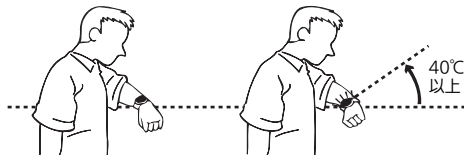


参考

- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。
- 電波受信中、センサー計測モード設定中または方位計測モード補正中は、ライトが点灯しません。

自動的に点灯させる（オートライト）

オートライト機能が ON のとき、時計を 40° 以上傾けるとライトが点灯します。



参考

- 明るいところでは点灯しません。
- 以下の状態のとき、オートライト機能は作動しません。
 - アラーム音が鳴っているとき
 - センサー計測しているとき
 - 方位計測モードで補正しているとき
 - 電波を受信しているとき
 - タイドグラフ・ムーングラフの計算をしているとき

◆オートライトの ON/OFF 設定

- 時刻モードで、**L** ボタンを 3 秒以上押し続けて、オートライト機能の ON/OFF を切り替えます。

オートライト ON のときは  を表示します。



オートライトONマーク

参考

バッテリーインジケータが [C] (Charge) マークを表示すると、オートライト機能が OFF になります。

◆オートライトに関する注意事項

- 以下の図のように、時計が水平状態から 15 度以上傾いていると、点灯しにくくなります。



- 時計が袖などに隠れていると、ライトが頻繁に点灯して充電容量が低下します。
- 静電気や磁気の影響でオートライトが作動しないことがあります。その場合、もう一度時計を水平状態にしてから傾けてください。
- 時計を傾けたとき、内部から「カラカラ」と音がする場合があります。これは、オートライトスイッチの作動音で、故障ではありません。

点灯時間を切り替える

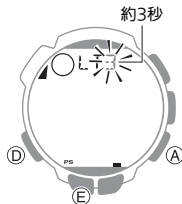
- ① 時刻モードで、**Ⓔ** ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、都市コードが点滅します。

- ② **Ⓔ** ボタンを 10 回押して、ライト点灯時間選択画面に切り替えます。

 参照…P.30

[LT1] または [LT3] を表示します。



- ③ **Ⓐ** ボタンを押して、[LT1] (1.5 秒間点灯) または [LT3] (3 秒間点灯) を選択します。

- ④ **Ⓔ** ボタンを押して設定を終了します。

各種の設定

ボタン操作音の ON/OFF

ボタンを押したときに鳴る操作音の ON/OFF 設定ができます。

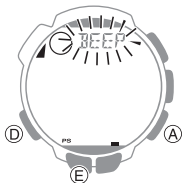
- ① 時刻モードで、**(E)** ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に [SET Hold] が消え、都市コードが点滅します。

- ② **(D)** ボタンを 9 回押して、操作音の ON/OFF 設定画面に切り替えます。

 参照…P.30

[BEEP] または [MUTE] を表示します。



- ③ **(A)** ボタンを押して、[BEEP] (操作音 ON) または [MUTE] (操作音 OFF) を選択します。

- ④ **(E)** ボタンを押して設定を終了します。

操作音の設定を OFF にすると、MUTE マークを表示します。



参考

操作音の設定が OFF の場合でも、アラーム音、時報、タイマー音は鳴ります。

パワーセービング機能の ON/OFF

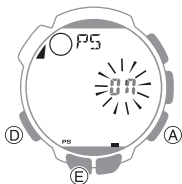
- ① 時刻モードで、**Ⓔ** ボタンを約 2 秒間押し続けます。

[SET Hold] を表示した後に、都市コードが点滅します。

- ② **Ⓐ** ボタンを 11 回押して、パワーセービング設定画面に切り替えます。

 参照…P.30

画面の上段に [PS] を表示し、中段に [ON] が点滅します。



- ③ **Ⓐ** ボタンを押して、パワーセービング機能を ON または OFF に設定します。

パワーセービング機能が ON のときは、画面の左下にパワーセービングマーク (PS) を表示します。



- ④ **Ⓔ** ボタンを押して、パワーセービング設定を完了します。

故障かな？と思ったときは

時刻設定

状況	原因と対処
現在時刻の表示が数時間ずれている	ホーム都市の設定が正しくありません。ホーム都市の設定を確認してください。 🔍 ホーム都市、サマータイムを設定する… P.28
現在時刻の表示が1時間ずれている	電波を受信できる地域で使用している場合、ホーム都市の設定を確認してください。 🔍 ホーム都市、サマータイムを設定する… P.28
	電波を受信できない地域で使用している場合、手動でサマータイムに対応した時刻設定をする必要があります。 🔍 ホーム都市、サマータイムを設定する… P.28

センサーモード

状況	原因と対処
計測中に [ERR] を表示した	センサーや内部回路が故障すると [ERR] (エラー) を表示し、センサー機能が使用できなくなります。 - 計測中に [ERR] を表示したときは、計測をやり直してください。また [ERR] を表示した場合、センサーの異常が考えられます。 [ERR] 表示が消えない場合、センサーの故障が考えられます。「修理に関するお問い合わせ窓口」にご相談ください。
方位計測時	
気圧／温度計測時	
高度計測時	



状況	原因と対処
方位計測にて2点補正、または磁北補正実施後、[ERR]を表示した	補正画面に [- -] が表示された後に [ERR] (エラー) が表示された場合、センサーの異常が考えられます。 • [ERR] 表示が約 1 秒後に消えた場合、もう一度補正してください。 • [ERR] 表示が消えないときは、「修理に関するお問い合わせ窓口」にご相談ください。
方位計測にて磁北補正実施後、[ERR]を表示した	センサー異常時に表示されます。「修理に関するお問い合わせ窓口」にご相談ください。
正確な方位計測ができない	• 2点補正が正確ではない。  2点補正…P.34 • 家電、橋梁、鉄骨、架線など強力な磁気の近くや、電車、船などでの計測。鉄製のものから離れてから、計測をやり直してください。また、電車や船の中では方位計測できません。  方位計測のご注意…P.41

状況	原因と対処
同じ場所で計測結果が異なる	近くの高圧電線の影響により、地磁気の検出が安定していません。高圧電線から離れ、計測し直してください。
室内での方位計測ができない	テレビ、パソコン、スピーカーなどの磁気の方角を乱す物体が地磁気の検出を妨げています。影響を及ぼすものから離れる、もしくは屋外で再計測してください。特に、鉄筋コンクリート構造の室内では、正確な計測はできません。また、電車や航空機の中での計測はできません。
気圧／温度計測モード画面のとき、気圧差グラフィックを表示しない	• 計測値が気圧計測範囲 (260 ~ 1,100 hPa) 外の場合は、気圧差グラフィックを表示しません。 • 気圧差グラフィックの表示範囲 (± 10hPa) 外の場合は表示しません。 • センサーのエラーの可能性あります。もう一度  ボタンを押してください。

ワールドタイムモード

状況	原因と対処
設定したワールドタイム都市の時刻がずれている	サマータイム設定（スタンダードタイム／サマータイム）が正しくありません。 🔍 サマータイム（DST）の設定…P.73

充電

状況	原因と対処
光に当てても操作できない	充電切れになると操作できなくなります。バッテリーインジケータの表示が「H」または「M」になるまで充電してください。 🔍 光で充電（ソーラー充電）…P.13

状況	原因と対処
バッテリーインジケータがすべて点滅している 	充電回復モードの状態です。回復するまで（約 15 分）お待ちください。明るい場所に置いて充電すると早く回復します。 📖 参考 - センサー計測や電波受信などを短時間に連続使用すると充電容量が急激に減少し、充電回復モードに切り替わります。充電回復モード中はバッテリーインジケータ表示（H、M、L）が点滅します。「充電不足」と同じ状態になり、使用できる機能が制限されますが、復帰後は通常の状態に戻ります。 🔍 充電不足や充電切れ…P.14 - すべてのバッテリーインジケータ表示（H、M、L）および [C]（Charge）マークが点滅しているときは、充電容量が著しく低下しています。すぐに、光に当てて充電をしてください。

電波受信

以下の都市をホーム都市に設定している場合に該当します。

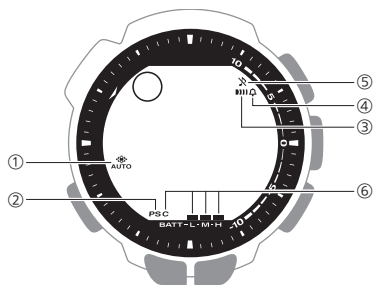
リスボン (LIS), ロンドン (LON), マドリード (MAD),
パリ (PAR), ローマ (ROM), ベルリン (BER), ストックホルム (STO), アテネ (ATH), モスクワ (MOW),
香港 (HKG), 北京 (BJS), ホノルル (HNL), アンカレジ (ANC), バンクーバー (YVR), ロサンゼルス (LAX),
エドモントン (YEA), デンバー (DEN), メキシコシティ (MEX), シカゴ (CHI), ニューヨーク (NYC), ハリファックス (YHZ), セントジョンズ (YYT), ソウル (SEL), 東京 (TYO)

状況	原因と対処
電波の受信が成功しない (受信結果が [ERR] になる)	電波の受信中に時計を動かしたり、ボタンを操作した。 電波を受信しているときは、時計を動かしたり、ボタンを操作すると受信を中断します。  電波を受信するには…P.19
	電波の受信中にアラームが鳴った。 受信中にアラームが鳴ると受信をキャンセルします。
	電波障害による受信の失敗。 周辺の環境を確認し、電波障害のない所で受信してください。  電波の受信範囲と条件…P.18
	送信所から電波が発信されていない。 日本標準時プロジェクトのホームページなどをご確認ください。  電波の受信範囲と条件…P.18

故障かな?と思ったときは

状況	原因と対処
電波が受信できない	時刻モードまたはワールドタイムモードになっていない。 時刻モードまたはワールドタイムモードに切り替えてください。  モードの切り替え…P.25
	ホーム都市の設定が正しくない。 ホーム都市の設定を確認してください。  ホーム都市の設定…P.28
	充電容量が不足しています。 充電容量が低いと受信できません。充電容量が回復するまで光を当ててください。  充電するには…P.13
電波の受信は成功したが、日付または時刻が正しくない	ホーム都市の設定が正しくない。 ホーム都市の設定を確認してください。  ホーム都市の設定…P.28

主なマークとインジケーター



番号	名称	参照ページ
①	オートライト ON マーク	P.76
②	パワーセービングマーク	P.15
③	アラームマーク	P.68
④	時報マーク	P.68
⑤	MUTE マーク	P.78
⑥	バッテリーインジケーター	P.14

製品仕様

精度 : 電波受信による時刻修正ができない場合は、平均月差±15秒以内

基本機能 : 時・分・秒・年・月・日・曜日、ムーングラフ/タイドグラフ、気圧傾向、午前/午後(P)/24時間制表示、フルオートカレンダー(2000~2099年)

電波時計機能 : 自動受信・手動受信
受信日時確認機能
サマータイム自動切り替え
受信局自動選択機能(JJY、MSF/DCF77で対応)
受信電波=
コールサイン: JJY(40kHz/60kHz)、
WWVB(60kHz)、
MSF(60kHz)、
DCF77(77.5kHz)、
BPC(68.5kHz)
OFF: 電波受信オフ

方位計測機能 : 方位角の計測範囲=0°~359°
方位補正機能(2点、北方位)、20秒間の連続計測機能、ペアリングメモリー機能、磁気偏角補正機能、4方位グラフィック(東西南北)

気圧計測機能 : 計測範囲= 260hPa~1,100hPa
表示範囲= 260hPa~1,100hPa
計測単位= 1hPa
常時気圧計測(2時間毎)、即時計測、気圧調整機能、気圧傾向グラフ、気圧差グラフィック、気圧傾向インフォメーション

温度計測機能 : 計測範囲= -10.0℃~60.0℃
表示範囲= -10.0℃~60.0℃
計測単位= 0.1℃
即時計測、温度調整機能

高度計測機能 : 計測範囲= -700m~10,000m
表示範囲= -10,000m~10,000m
(範囲内のいずれか10,700m)

表示単位=5m
高度計測間隔設定(2分/5秒)、基準高度設定機能、高度差計測機能(-3,000~+3,000m)、高度メモリー機能(手動記録データ:ボタン操作で高度、月日、および時刻を最大14本メモリー、自動記録データ:最高高度、最低高度、積算上昇高度、積算下降高度)

センサー精度：

- 方位センサー 計測精度=±10°以内
(精度保証温度範囲=-10℃～40℃)
方位グラフでは±2目盛以内
- 温度センサー 計測精度=±2℃以内
(精度保証温度範囲=-10℃～60℃)
- 圧力センサー

	条件 (高度)	高度計	気圧計
温度一定のとき	0m～6,000m	± (高度差 x2% +15m)	± (気圧差 x2% +2hPa)
	6,000m～10,000m	± (高度差 x2% +25m)	
温度変化による影響	0m～6,000m	10℃につき ± 50m	10℃につき ± 5hPa
	6,000m～10,000m	10℃につき ± 70m	

- 精度保証温度範囲=-10℃～40℃
- 強い衝撃を与えたり、極端な温度環境下に放置したりすると、精度に対して悪影響を与えることがあります。

タイドグラフ／ムーングラフ機能

タイドグラフ表示(潮回り表示付き)

月の形表示、月齢表示

日付選択機能

時刻選択機能(タイドグラフのみ)

ワールドタイム機能

世界48都市(31タイムゾーン)の時刻を表示、サマータイム設定機能

タイマー機能

計測単位=1秒

計測範囲=60分

セット単位=1分

セット範囲=1～60分(タイマー時間)

1～5分(リセット時間)

タイムアップ10秒前から1秒ごとの電子音

予告音(ON/OFF設定機能付き)

ストップ機能

計測単位= 1/100秒

計測範囲= 23時間59分59.99秒

(24時間計)

計測機能= 通常計測、積算計測、スプリット計測、1・2着同時計測

製品仕様

- アラーム機能 : 時刻アラーム
アラーム数=5本
セット単位=時・分
アラーム報音時間=10秒間
時報 毎正時に2回電子音で報知
- その他 : EL(エレクトロルミネッセンス)バックライト、ライト点灯時間切り替え、フルオートELライト、パワーセービング機能、バッテリーインジケータ表示、操作音ON/OFF設定
- 使用電池 : 二次電池
- 持続時間 : 約5ヵ月

(ライト 1.5 秒間/日、電子音 10 秒間/日、方位計測 10 回/週、登山(高度計測 24 時間) 1 回/月、気圧傾向グラフ 2 時間おきに計測、電波受信 4 分/日、表示点灯 18 時間使用した場合)

ご使用上の注意

■防水性

- 防水時計は時計の表面または裏蓋に「WATER RESIST」「WATER RESISTANT」と表示されているもので、次のように分類されます。

表示	時計の表面または裏蓋に表記	日常生活用防水	日常生活用強化防水		
			5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキndaイブング(素潜り)	×	×	○	○

- 専門的な潜水=スキューバダイビング（空気ボンベ使用）での使用はお避けください。
- 時計の表面または裏蓋に WATER RESIST または WATER RESISTANT と表示されていないものは防汗構造になっておりませんので、多量の汗を発する場合、もしくは湿気の多い場所での使用や直接水に触れるようなご使用はお避けください。
- 防水構造の機種でも水中や、水分のついたまま、りゅうずやボタンの操作をしないでください。
- 防水構造の機種でも、時計をつけたままの入浴、洗剤等（石鹸・シャンプーなど）のご使用をお避けください。防水性能を低下させる原因となります。
- 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れをふきとってください。

- 防水性を保つために定期的（2～3年を目安）なパッキン交換をおすすめします。
- 電池交換の際、防水試験を行いますので、必ずお買い上げの販売店あるいは「修理サービス窓口」にお申し付けください（特殊な工具を必要とします）。
- 防水時計の一部にデザイン上、皮バンドを使用しているモデルがありますが、皮バンド付の状態での水仕事・水泳など直接水にかかるご使用はお避けください。
- 時計が急冷された場合など、ガラスの内側が曇ることがありますが、すぐに曇りが無くなるようであれば特に問題はありません。曇りが消えなかったり、水が時計内部に浸入した場合は、そのままご使用にならず、ただちに修理することが必要です。
- 時計内部に浸入した水は、電子部品や機械、文字板などを破損する原因となります。

■バンド

- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは指一本が入る程度の余裕をもたせてご使用ください。
- バンドは劣化やさび（錆）などにより切れたり外れたりする場合があります、時計の落下や紛失の原因となります。バンドは、常にお手入れしていただき、清潔にご使用ください。バンドに弾力性がなくなったり、ひび割れ・変色・緩みなどがある場合は、お早めに点検・修理（有償）または新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換（有償）をお申し付けください。

■温度

- 自動車のダッシュボードや暖房器具の近く等の高温になる場所に放置しないでください。また、寒い所に長く放置しないでください。遅れ、進みが生じたり、止まったり、故障の原因となります。
- + 60℃以上の所に長時間放置すると液晶パネルに支障をきたすことがありますのでご注意ください。液晶表示は、0℃以下や+ 40℃以上では、表示が見えにくくなることがあります。

■ショック

- 通常の使用状態でのショックや軽い運動（キャッチボール、テニスなど）には十分耐えますが、落としたり、強くぶつけたりすると、故障の原因になります。
ただし、耐衝撃構造の時計の場合（G-SHOCK/Baby-G/G-ms）は腕につけたままでチェーンソーなどの強い振動や、激しいスポーツ（モトクロスなど）でのショックを受けても時計には影響ありません。

■磁気

- 通常、磁気の影響はありませんが、極度に強い磁気（医療機器など）は誤動作や電子部品を破損する恐れがありますのでお避けください。
- 時計動作に影響を与えることはありませんが、製品自体が磁気を帯びますと精度に影響を与えますのでお避けください。
なお、極度に強い磁気（医療機器など）は、誤動作や電子部品を破損する恐れがありますのでお避けください。

■静電気

- 静電気により誤った時刻を表示したりします。また、極度に強い静電気は、電子部品を破損する恐れがあります。
- 静電気により、一時的に液晶の点灯していない部分ににじみ現象が発生することがあります。

■薬品類

- シンナー、ガソリン、各種溶剤、油脂またはそれらを含有しているクリーナー、接着剤、塗料、薬剤、化粧品類等が付着すると、樹脂ケース、樹脂バンド、皮革などに変色や破損を生ずることがありますのでご注意ください。

■保管

- 長期間ご利用にならないときは汚れ、汗、水分などをふきとり、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■樹脂製品について

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が樹脂製品に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたまにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま放置すると色あせする場合があります。
- 塗装部品は、使用状況（過度の外力、連続したこすれ、衝撃等）により磨耗し色落ちしたりすることがあります。
- バンドにプリントがしてある場合は、プリント部分を強くこすると他の部分に色がつくことがあります。
- 蛍光商品は、長時間濡れたままにしておくと色が落ちる恐れがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとって、乾かしてください。

- スケルトン（透明）仕様の部品は、汗や汚れ等の吸収や高温多湿への放置により変色を起こすことがあります。
- 樹脂部品の交換は、「修理サービス窓口」にお申し付けください。有償にて申し受けます。

■天然皮革・合成皮革バンドについて

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が天然皮革や合成皮革に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま長時間放置すると色あせする場合があります。
ご注意：天然皮革・合成皮革は、摩擦・汚れにより色を移したり、色落ちすることがあります。

■金属製品について

- 金属を使用した製品・バンドは、ステンレスやメッキ品でも汚れたままご使用になりますと、さび（錆）が発生することがあります。汗をかいたときや水に濡らしたときは、柔らかい吸湿性の良い布などで良く拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、良く乾燥させてください。
- バンドは、時々、柔らかい歯ブラシなどにより、中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水でバンドを洗って、良く手入れをしてください。このとき、時計の本体にかからないようご注意ください。

■抗菌防臭バンドについて

- 抗菌防臭バンドは汗などによる細菌の増殖を抑え、においの発生

を防ぎ、常に清潔で快適な装着感が得られます。抗菌・防臭の効果上げるために、バンドの汚れ、汗、水分等は吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にご使用ください。抗菌防臭バンドは微生物や細菌の増殖を抑えるためのもので、アレルギー等による皮膚のかぶれ等を抑えるものではありません。

■液晶表示について

- 液晶表示は、見る方向によって表示が見えにくくなる場合があります。

■データ保護について

- 電池切れや電池交換および故障修理の場合、データ内容はすべて消えてしまいますのでご了承ください。また、故障・修理・電池交換等起因するデータの消失による損害および逸失利益等につきましては、当社では一切その責任を負えませんので、あらかじめご了承ください。なお、大切なデータはノートなどに控えをとっておいてください。

■センサーについて

- 本機のセンサーは精密機器ですので、絶対に分解しないでください。また、センサー部を細い棒などでついたり、ゴミ・ほこりなどが入らないようご注意ください。なお、海水に浸したときは、必ず真水で洗い流してください。

万一、本機使用や故障により生じた損害、逸失利益または第三者からのいかなる請求についても、当社では一切その責任を負いませんのであらかじめご了承ください。

お手入れについて

■お手入れのしかた

- ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚したり、皮膚がかぶれたり時計の性能が劣化することがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとしび易くなります。
- 樹脂バンドの表面にシミ状の模様が発生することがありますが、人体および衣服への影響はありません。また布等で簡単にふきとることができます。
- 皮革バンドは乾いた布で軽く拭くなどして常に清潔にしてご使用ください。樹脂バンドも皮バンド同様、日々の使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。
- バンドにヒビなどの異常がある場合は、必ず新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換をお申し付けください。保証期間内であっても有償にて申し受けます。
- 時計も衣服同様、直接身につけるものです。本体ケースやバンドの汚れ、汗・水分などは吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にご使用ください。

■お手入れを怠ると

〈さび（錆）〉

- 時計で使用している金属はさびにくい性質ですが、汚れによりさびが発生します。
 - 汚れにより酸素が絶たれると、表面の酸化皮膜が維持できなくなり、さびが発生します。
- 表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやさびがしみ出して、衣類の袖を汚したり、皮膚がかぶれたり、時計の性能が劣化することがあります。

〈劣化〉

- 樹脂バンドは汗などの水分で濡れたままにしておいたり、湿気の多い場所に放置すると経年劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

〈かぶれ〉

- 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

本製品で使用している電池について

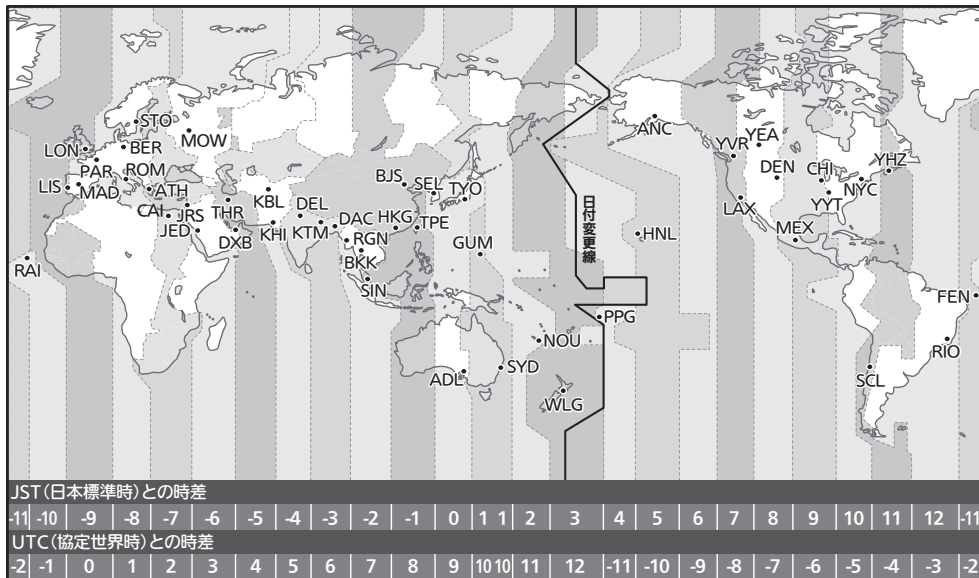
- 専用の二次電池を使用しておりますので、お客様は電池を取り外さないでください。専用の二次電池以外の電池を入れると時計の破損の原因になります。
- 二次電池は、ソーラーパネルが受ける光により充電されますので、定期的な電池交換の必要はありません。ただし、長年の充電と放電を繰り返すことにより性能が劣化して、充電しても使用時間が短くなることがあります。その場合は、お買い上げの販売店または「修理に関するお問い合わせ窓口」にご相談ください。

金属バンドの駒詰めについて

金属バンドの駒詰めには専用の工具が必要となります。
お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはケガ等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。
なお、「持込修理サービス受付窓口」においても保証期間内は無償、保証期間経過後は有償にて承っております。
詳しくは、「持込修理サービス受付窓口」または「修理に関するお問い合わせ窓口」へお問い合わせください。

UTC（協定世界時）とタイムゾーン

地図から目的地のタイムゾーンをご確認ください。



都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
UTC (協定世界時)		0	
LISBON	LIS	0	リスボン
LONDON	LON	0	ロンドン
MADRID	MAD	+ 1	マドリード
PARIS	PAR	+ 1	パリ
ROME	ROM	+ 1	ローマ
BERLIN	BER	+ 1	ベルリン
STOCKHOLM	STO	+ 1	ストックホルム
ATHENS	ATH	+ 2	アテネ
CAIRO	CAI	+ 2	カイロ
JERUSALEM	JRS	+ 2	エルサレム
MOSCOW	MOW	+ 3	モスクワ
JEDDAH	JED	+ 3	ジェッダ
TEHRAN	THR	+ 3.5	テヘラン
DUBAI	DXB	+ 4	ドバイ
KABUL	KBL	+ 4.5	カブール
KARACHI	KHI	+ 5	カラチ
DELHI	DEL	+ 5.5	デリー

コード		タイムゾーン	都市名
KATMANDU	KTM	+ 5.75	カトマンズ
DHAKA	DAC	+ 6	ダッカ
YANGON	RGN	+ 6.5	ヤンゴン
BANGKOK	BKK	+ 7	バンコク
SINGAPORE	SIN	+ 8	シンガポール
HONG KONG	HKG	+ 8	香港
BEIJING	BJS	+ 8	北京
TAIPEI	TPE	+ 8	台北
SEOUL	SEL	+ 9	ソウル
TOKYO	TYO	+ 9	東京
ADELAIDE	ADL	+ 9.5	アデレード
GUAM	GUM	+ 10	グアム
SYDNEY	SYD	+ 10	シドニー
NOUMEA	NOU	+ 11	ヌーメア
WELLINGTON	WLG	+ 12	ウェリントン
PAGO PAGO	PPG	- 11	パゴパゴ
HONOLULU	HNL	- 10	ホノルル
ANCHORAGE	ANC	- 9	アンカレッジ

都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
VANCOUVER	YVR	− 8	バンクーバー
LOS ANGELES	LAX	− 8	ロサンゼルス
EDMONTON	YEA	− 7	エドモントン
DENVER	DEN	− 7	デンバー
MEXICO CITY	MEX	− 6	メキシコシティ
CHICAGO	CHI	− 6	シカゴ
NEW YORK	NYC	− 5	ニューヨーク
SANTIAGO	SCL	− 4	サンティアゴ
HALIFAX	YHZ	− 4	ハリファックス
SAINT JOHN'S	YYT	− 3.5	セントジョンズ
RIO DE JANEIRO	RIO	− 3	リオデジャネイロ
F. DE NORONHA	FEN	− 2	フェルナンド・デ・ノローニャ
PRAIA	RAI	− 1	プライア

参考

- この表は 2010 年 7 月現在のものです。
- 設定する都市コードがわからないときは、使用場所の時差を確認し、時差が一致する都市コードを選択してください。
- 時差は協定世界時（UTC）を基準にしています。